

ケア 24 和田ではこんな相談をお受けしています！

介護保険
介護保険の申請はいつ出せば良いの？

骨折して困っている。

退院したばかりで、ご飯が作れない。

物忘れが最近気になる。どこに相談すれば良いか。

家族の介護相談をしたい。

足腰を鍛えるための体操教室はどこにあるの？

ひとりで病院いけない。

この頃ひとり暮らしの〇〇さんを見かけない。倒れていないか心配。

有料老人ホームなどに入るにはどうすれば良い？金額はどれくらい必要？

車イスをちょっとだけ借りたい。



お気軽にご相談ください
TEL 03-5305-6024

あんしん協力員公認！ ひとり暮らしあんしんマップ

ケア 24 和田地域（和田 1～3 丁目・高円寺南 1・5 丁目）の 65 歳以上のひとり暮らし世帯数は、2, 451 世帯・高齢化率は、19.14 %
(令和 4 年 4 月 1 日時点住民基本台帳より)

杉並区内の他の地域と比べて、**高齢のひとり暮らし世帯数が多いのが特徴**です。
そこで、**体力が低下しても、なるべく生活に影響を及ぼすことなく、地域で暮らしていけるよう情報を発信したいと思いマップを作りました。**
是非、ご活用ください。

あんしん協力員の紹介



杉並区の事業：たすけあいネットワーク（地域の目）で、地域の高齢者の見守りボランティアとして活動しています。
高齢者の方にこの地域の情報を届けたいと思いマップ作りに協力しました。
見守ってほしい方・おしゃべりしたい方
(65 歳以上のひとり暮らしの方・高齢者のみの世帯の方)、ご相談下さい。
あんしん協力員も募集中です！

杉並区地域包括支援センター ケア 24 和田



杉並区が運営を委託している高齢者の総合相談窓口です。環七沿いのこの建物の 2 階です。
介護相談に限らず、様々な相談をお受けします。
相談料は、無料です。
杉並区和田 3-52-4 2 階
電話 03-5305-6024
FAX 03-5305-6023
窓口受付 月～金曜日 9:00～19:00
土曜日 9:00～13:00
担当地域：和田 1～3 丁目/高円寺南 1・5 丁目

ひとり暮らしあんしんマップ

-高円寺南編-

高円寺南1丁目と5丁目の方に
近い・利用しやすい場所を紹介します！
詳細は、直接お問い合わせ下さい。

ひとり暮らしあんしんマップ

-和田編-

和田地域の方に近い・利用しやすい
場所を紹介します！
詳細は、直接お問い合わせ下さい。

-  ① J-COFFEE 高円寺
高円寺南5-33-7
☎5377-3333




【特別養護老人ホーム併設
本格カフェ】
営業 平日：8時30分～
17時30分
〈休日：土・日・祝日〉
Free Wi-Fi 完備
地域の方々の憩いの場・交流
の場としてお気軽にお立ち
寄りください。
車椅子でも利用できるトイレ
を完備しています。

-  ③ ゆうゆう高円寺東館
高円寺南1-7-22
☎3315-1816



【趣味、交流】
開館 月～土：9時～21時
日・祝：9時～17時
〈休館：第3木曜午前中・第3日曜〉
誰でも集える「気ままに茶話会！」
第4(月)13時30分～15時 予約不要。
「アートで多世代地域交流」「タイルモザイク」「編み物」「生け花」「ヨガ」含め、
お気軽にお立ち寄りください。

-  ② リビングショップ光明
高円寺南5-13-1
☎5929-8661



【電気の住まいの相談】
営業 月～土：9時～
18時30分
この地で開店して50年。
地域の高齢者のために、電
気のこと、住まいのこと、
水回りのことまで、どんな
小さなことでも、可能な限
りよこんで訪問させてい
たします。

-  ④ 東高円寺郵便局
和田3-60-15
☎3311-9888



【離れて暮らすご家族をつなぐ
「郵便局のみまもりサービス」】
営業 平日9時～17時
・みまもり訪問サービス
月1回郵便局社員等がご利用者宅などへ直接訪
問します。
・みまもりでんわサービス
ご利用者へ毎日お電話(自動音声)で体調確認を
行います。

-  ① 荒川屋米店
和田2-42-2
☎3381-4888



【お米の配達】
営業 月～土：9時～18時
〈休日：日・祝日〉
おいしいお米の専門店。
昭和5年創業。
周辺地域の方、配達料無料
で、お届け致します。
自家精米しています。

-  ② 杉並和田郵便局
和田2-40-7
☎3382-9834



-  ③ 杉並聖堂前郵便局
和田2-9-10
☎3383-3850



【365日温かい弁当を配達】
配達時間 : 11時～12時
17時～18時
食事療法が必要な方、お粥・キザミ食などにも対応し
ております。配食サービス利用者のみ「お使いミラク
ル」にて日用品の配達(調味料・飲料水・栄養補助食
品・トイレットペーパー等)もお弁当と一緒に配達し
ます。配達エリア: 和田・高円寺南5丁目・方南町(該
当住所でもお断りをさせて頂く場合があります。)

-  ④ ゆうゆう和田館
和田1-41-10
☎3384-3741



【趣味、交流】
開館 月～土：9時～21時
日・祝：9時～17時
〈休館：第3木曜午前中
第3日曜〉
区内60才以上の方が優先
的に利用できる施設です。
いきいきクラブ活動や館独
自の事業(薬膳料理教室・
歌のサロンなど)を実施し
ています。お気軽にお問
合わせください。

-  ⑤ フース記念病院
家族弁当
和田1-40-5
☎3381-7236

