

介護予防・健康づくり等の活動を行う団体の方へ

地域の空きスペースをご利用ください

区では、介護予防・健康づくり等の活動やサロン等の交流活動を住民主体で行っている、またはこれから始めようとしている団体へ、事業者等から地域の空きスペースの提供を受け、活動場所を紹介しています。利用できる空きスペースは下表のとおりです。

利用申し込み等詳しくは、お問い合わせください。

Table with 3 columns: 建物名(所在地), スペースの面積, 提供者. Includes entries like YKBマイクガーデン, 北新宿特別養護老人ホーム, etc.

地域の空きスペースの提供にご協力ください

区では、介護予防・健康づくり等の活動を行う団体へ活動場所を提供するため、地域の空きスペースを募集しています。随時提供を受け付けています。詳しくは、お問い合わせください。

問合せ 地域包括ケア推進課地域包括ケア推進係(本庁舎2階) ☎(5273)4193

見守りセンサー機能を追加

緊急通報システムをご利用ください

緊急通報システムは、対象者のご自宅に専用機器(右写真)を設置すると、緊急時にボタンを押すだけで警備会社に通報できるサービスです。詳しくは、新宿区ホームページ(右下二次元コード)をご覧ください。



①高齢者緊急通報システム

HPで詳しく

対象 65歳以上で下記のいずれにも該当する方

▶一人暮らし、または65歳以上のみの世帯の方(日中・夜間に同様の状態になる世帯も可)

▶慢性疾患があるなど、日常生活で常に注意が必要な方



②身体障害者・難病患者緊急通報システム

HPで詳しく

対象 18歳以上で下記のいずれにも該当する方

▶一人暮らし等のため常時注意が必要な方

▶身体障害者手帳1~2級をお持ちまたは難病の方



見守りセンサー機能を4月1日から追加します

急病等で倒れて自ら通報できないときなど、ご自宅内で一定時間利用者が動かない場合に、自動で警備会社に通報する機能です。

※これまで緊急通報システムを利用している方も同機能を追加できます。

問合せ ▶①高齢者支援課高齢者支援係 ☎(5273)4305・FAX(5272)0352、▶②障害者福祉課福祉推進係 ☎(5273)4516・FAX(3209)3441(いずれも本庁舎2階)

ご利用ください 区内在住の60歳以上対象 マッサージサービス(4月~9月)

日時・会場 右表のとおり。時間はいずれも午後1時~5時

対象 区内在住の60歳以上

内容 あん摩マッサージ指圧師の資格を持つ専門家による指圧等のマッサージ

※針灸による施術は行いません。

費用 1回30分1,000円

申込み 希望日の当日午前9時から電話で各施設へ(申し込みは当日のみ受け付け)。

※初めて施設を利用する場合・ささえーる 中落合を利用する場合は住所・氏名・年齢が確認できるもの(マイナンバーカード・健康保険証等)をお持ちください。

※施術時間の中に換気・消毒の時間も含まれます。

問合せ 地域包括ケア推進課高齢いきがい係(本庁舎2階) ☎(5273)4567

Table with columns: 会場, 電話, 4月, 5月, 6月, 7月, 8月, 9月. Lists various community centers and their service schedules.

福祉



介護者家族会

イベント

高齢のご家族を介護している方、介護していた方同士が、介護の悩みを語り合い、情報交換する場です。当日直接、会場へおいでください(入退場自由)。

4月の日時・会場 ▶四谷の会...6日(休)午後1時30分~3時30分/四谷保健センター等複合施設(四谷三栄町10-

16)、▶フレンズ...25日(火)午後1時~3時/榎町地域センター(早稲田町85)、▶わきあいあい...12日(水)午後1時30分~3時30分/若松地域センター(若松町12-6)、▶大久保・あった会...11日(火)午後1時30分~3時30分/大久保地域センター(大久保2-12-7)、▶いっぶくの会...22日(土)午後1時30分~3時30分/落合第一地域センター(下落合4-6-7)、▶かずら会...14日(金)午後1時~3時/落合第二地域センター(中落合4-17-13)、▶ひととき...20日(木)午後2時~4時/北新宿特別養護老人ホーム(かしわ苑、北新宿3-27-6)

問合せ 高齢者支援課高齢者相談第二係(本庁舎2階) ☎(5273)4254

高齢期の健康づくり・介護予防出前講座

講座

活動場所に介護予防運動指導員等が出向き、高齢者の介護予防等につながる運動等を具体的に紹介します。

日時 土・日曜日、祝日等を除く午前10時~午後5時

会場 区内公共施設等の会議室ほか

対象 区内在住の65歳以上の方5~50名で構成するグループ

内容 ▶①おたっしや運動実践コース、

▶②おたっしや機能維持コース、▶③おたっしや健康講話コース

※各コースの内容等詳しくは、お問い合わせください。

利用回数 1グループ3コース合計年度内8回まで(①は6回、②③は各1回まで)

申込み 利用希望日の前月10日までに所定の申込書を郵送(必着)または直接、問合せ先へ。申込書は電話で請求してください。

問合せ 地域包括ケア推進課介護予防係(〒160-8484歌舞伎町1-4-1、本庁舎2階) ☎(5273)4568