



令和2年 VOL1

# 二子玉川あんすこだより

【Vol. 1】

令和2年4月1日発行  
二子玉川あんしんすこやかセンター  
(地域包括支援センター)  
〒158-0094 世田谷区玉川 4-4-5  
二子玉川複合施設 2階  
TEL:03-5797-5516 FAX:03-3700-0677  
発行責任者:センター長 竹中 毅

## 募集案内 ♪

### 《はつらつ介護予防講座》

元気なうちから介護予防に取り組み、健康寿命を延ばそう！

【日 時】毎月第2・4水曜日 14時～16時  
※第2週か第4週のいずれかにお申し込み下さい。申し込んだ週のみ参加可能です。

【場 所】二子玉川複合施設 3階活動フロア

【内 容】健康に関する話、重り体操等

【対 象】第2・第4各地域の方 20名

【参加費】無料

【持ち物】飲み物、動きやすい服装

【申込み】電話・来所にて事前申込みが必要



### 《あんしんほっとカフェたまがわ》

地域のつどいの場で、おしゃべりと喫茶を楽しみながら交流しましょう♪

【日 時】毎月第2金曜日 13時30分～15時

【場 所】シティコート二子玉川集会所  
(世田谷区玉川 4-13)

【内 容】おしゃべりと喫茶、月ごとのイベント  
※出入りは自由です。

【対 象】地域の方 【参加費】無料

【申込み】不要 【お問合せ】垣内

介護の相談も  
できます



## あんすこが主催の事業紹介 ♪

### 【地域向け】

#### 【はつらつ介護予防講座】

【日 時】第2・4水曜日 14時～16時  
【場 所】二子玉川複合施設 3階活動フロア  
※4月は新型コロナウイルス感染症予防の対応で中止になります。

#### 【いきいき講座】

年4回 介護予防等のテーマで開催予定  
※開催決定次第、二子玉川あんしんすこやかセンターの窓口にてチラシ掲示。  
詳細についてはご確認ください。

### 《新型コロナウイルス感染症予防への対応》

新型コロナウイルス感染症予防のため、区からの指示を受け、事業の内容変更や中止、延期することがございますので、参加の際はご確認ください。



## 【介護事業者向け】

### 【二子あんすこ多職種の会】



ケアマネジャー、医療従事者、サービス事業所、権利擁護センターなど、介護・医療・福祉の専門職が集まり、事例を用いながらより良い支援についての検討会や、地区の課題について共有し、課題解決のための意見交換会などを行っています。

【開 催】年5回(4月・7月・10月・1月・3月)  
18:30～

【日 時】4月24日(金) 18:30～20:30

【内 容】ワールド・カフェ

「男性の居場所について考えよう！！」

【場 所】二子玉川複合施設 3階活動フロア

【案 内】二子玉川あんしんすこやかセンターとつながりのある事業所へ、1か月前に案内状をFAXまたはメールでお送りします。ご希望の方は担当までお電話ください。(深町・山口)

## ボランティア募集♪

## はつらつ介護予防講座ボランティア募集



はつらつ介護予防講座の会場準備と、受付のお手伝いをしてくれる方を募集しています。

【内容】第2・4水曜日 13時30分集合 会場準備と受付の後には、体操にも参加いただけます。

担当：井戸川・垣内

## 令和元年度 事業報告

### 第3回いきいき講座【歌って長生き健康講座】

2月17日に日本発声医学協会代表の野口氏をお招きし、参加者47名と盛況でした！

講座内容は、野口先生の発声医学に基づいたオリジナル発声体操です。1500種類あるプログラムの一部を、安全に配慮し椅子に座ったまま行われました。先生のユーモアあふれる軽快な語りに乗せられて、おおいに笑い、全身を動かし、大きな声を出し、歌い、皆さんの明るい声が響きました。大勢の方から「定期開催を希望する」とのお声をいただきました。アンケートには、「とても楽しく引き込まれる時間でした。」

「知らないことや驚くことがたくさんあり、もっと知りたいこと体操など、覚えたいことがまだまだ有る。続・講座を期待！」などの感想がありました。また今年度、実現できるよう尽力していきたいと思ひます。



### 【見守り協力店の普及啓発活動】

高齢者の方が、住み慣れた地域でいつまでもいきいきと暮せるように、地域で見守っていく仕組みづくりを目的として、地域の店舗等に協力店のステッカーを貼っていただき、見守りのご協力をお願いしていく取り組みです。

例えば、『おはよう・こんにちは・元気ですかの声掛け』、『急に姿をみせなくなった』など、心配な様子的高齢者の方がいたら、あんしんすこやかセンターに知らせる等の、日常的な隣近所の見守りにご協力いただくものです。



二子玉川地区では7月に開設して以来、見守りコーディネーターが中心になって協力店普及啓発活動を新聞店や郵便局、東京電力・ガス等の地域と密接に繋がっている事業所を中心に行っていました。現在、協力店の数は20店です。これからも地区の見守りにご協力いただけるよう、いろんな場所に出向きご案内してまいります。

### 【二子玉川あんしんすこやかセンター（地域包括支援センター）】

電話：03-5797-5516 FAX：03-3700-0677

〒158-0094

世田谷区玉川4-4-5 二子玉川複合施設2階

窓口開設時間：月曜日～土曜日 8時30分～17時

（日曜・祝日・12月29日～1月3日はお休み）

ホームページ：<http://www.oomishima.jp/>

#### 【交通】

- ・東急田園都市線・大井町線「二子玉川駅」下車徒歩6分
- ・バス「二子玉川駅」下車 徒歩7分
- ・バス「玉川高島屋SC西口」下車徒歩2分

