



今号の紙面から ● 5面 税の申告受付がはじまります ● 6～7面 民生委員・児童委員の一斉改選がありました

私が選ぶ 一緒に創る 地域で元気にいきいき宣言

4月から「町田市介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)」が始まります

住み慣れた地域で安心して暮らし続けたい…。年齢を重ねるごとに、こうした思いは強くなっていくのではないのでしょうか。住み慣れた地域で、自分らしく暮らし続けるためには、地域で仲間とともに健康づくりを行ったり、自分に合ったサービスを利用して、楽しみながら健康を維持することが大切です。

皆さんのこうした思いを実現するため、4月から「町田市介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)」を開始します。

☎高齢者福祉課 ☎724・2146

総合事業は、「介護予防・生活支援サービス事業(サービス事業)」と「一般介護予防事業」で構成されます

・地域で創るもう一つの家族・

NPO法人コミュニティフレンド

代表 新沼春海さん

コミュニティフレンドでは、スタッフと利用者という一方通行の関係ではなく、みんながお互いに助け合い、季節の手仕事や食事作りを楽しんでいます。4月からは「地域活動団体型サービス(2面参照)」として、脳トレ等も取り入れ活動の幅を広げます。

スタッフ 長谷美紀さんと小林いずみさん

私たちがコミュニティフレンドに関わるようになったのは、2014年度に会が発足した当初に、「お料理をするのを手伝って」と声をかけていただいたのがきっかけです。高齢者の方のお世話をするというよりも、親の世代の方に料理を教えていただくなど、自分にとっても勉強になります。またママ友とは違う世代のつながりもできました。子どもたちも活動に参加させていただくことで、地域に知り合いが増えるので、ありがたいです。



塞いだ気持ちも前向きに。
積極的に行動すれば、生きがいも
見つかります!

しもせ
下畝千枝さん(85歳)

12年前に転入し、市内の長男夫婦と同居を始めました。夫婦で老人会を訪ねて加入したり、市の教室などで出会った仲間とサークル活動を楽しんできました。

何をするにも2人で話し合ってきた夫が2015年に他界し、私の塞いだ状態を心配した高齢者支援センターの方に、「短期集中型サービス(2面参照)」のモデル事業を紹介され、スポーツクラブでのストレッチ・軽運動・健康講座を受講しました。通い始めると、体力をつけることに夢中になり、夫を亡くしたことを忘れられました。

春には、地元の健康体操クラブへの復帰や、墨絵の会の活動を再開し、新たな勉強も始めたいと思います。

総合事業のポイント

- 1 利用できるサービスの種類が増えます!
- 2 身近なところで介護予防活動に取り組みます!
- 3 要支援認定の更新時に、手続きの一部を簡略化することができます!

→ 詳細は2面へ