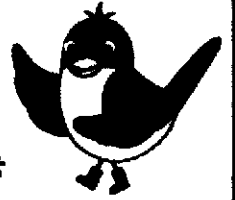


あんすこ〜ぶ

第39号



上祖師谷あんしんすこやかセンター(加齢者支援センター) 広報紙

令和6年 秋号

みなさま、こんにちは。

暑さ寒さも彼岸まで、と昔の人は言いましたが、この猛暑ですら彼岸を過ぎたらめっきり秋らしくなるのですから、不思議ですね。

さて、今日は高齢期のお話をします。

高齢期は、変化の大きな時と言われます。

外見の変化はもとより、定年や子どもの独立などの生活面での変化や、病気など身体面での変化もあらわれます。

そのような時に、人が心や体も健康であるために、

自分が誰かの役に立っている、誰かに必要とされている

という満足感が、大きな力を発揮します。ぜひご活躍ください！



あんしんすこやかセンターではボランティアを募集しています。

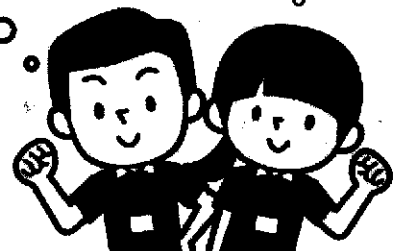
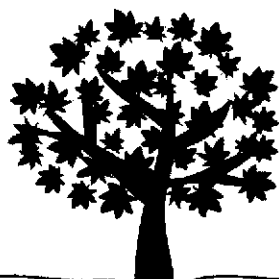
・高齢者の見守り

・介護予防教室ボランティア

応募の要件は世田谷区在住の方。活動前に研修の受講をお願いしています

65歳以上のボランティアの方は、世田谷ボランティアポイントが受け取れます

センターの見守りコーディネーターが活動での困りごとの相談にのります。

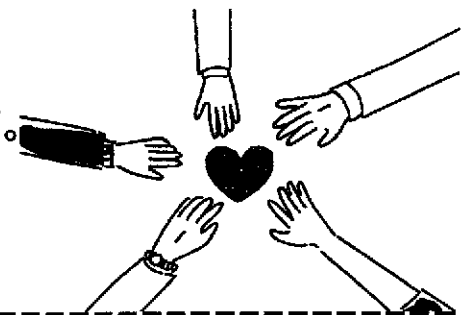


お問い合わせは
上祖師谷あんしんすこやかセンターまで

ボランティア団体等のご紹介

世田谷区のボランティアやお仕事をご案内する団体です。
皆様の活躍場所の一つに加えてみませんか？

詳細は、各機関に直接お問い合わせください。



烏山ボランティアビューロー

〈サービスメニュー〉

- 個人のお困りごとをサポートする活動
例：保育園への送迎や買い物支援、
学習支援、傾聴活動など
- ボランティア団体や施設での活動

「おたがいさま」の気持ちで活動をして
くださる方。お待ちしております！

☎ 03-6909-0333

上祖師谷地区社会福祉協議会事務局



〈ボランティアの一例〉

- 有償ボランティア：ふれあいサービス
高齢者・障害者の方への外出支援や家事
支援、お子さんのお預かりなど
- 無償ボランティア：地区サポーター
イベントのお手伝い、特技ボランティア、
デジタルボランティア、など

地域活動に興味がある方は、
どなたでも！詳しくはこちらへ

☎ 070-3946-9805



三茶おしごとカフェ

〈サービスメニュー〉

- おしごと相談、キャリアカウンセリング
- 職業紹介、就職セミナー・イベント
- 社会保険・労働相談
- メンタルケア相談
- R60-SETAGAYA-
(地域での新しい働き方を生み出す事業です)
- ワークサポートせたがや



三茶おしごとカフェ



☎ 03-3411-6604

世田谷区シルバー人材センター

〈サービスメニュー〉

- 駐輪場管理・家事援助・除草作業
・マンション清掃・公共施設管理 などの
就業を通じた地域貢献
- 健康で働く意欲のあるシニア大募集！

- ・60歳以上の方
- ・世田谷区在住の方

詳しくはこちらへ！

☎ 03-3426-9211



〒157-0065 世田谷区上祖師谷2-7-6

上祖師谷まちづくりセンター内

上祖師谷あんしんすこやかセンター

(地域包括支援センター)

電話：03-5315-5577

FAX: 03-3305-6333

窓口開設時間：月～土 8:30～17:00

(日祝・年末年始を除く)

小田急バス：「千歳烏山駅南口」、「成城学園前駅西口」
～「駒大グランド」下車すぐ

