

加住ぽかぽか通信



暑いなー！byぽっかくん

センター主催体操教室

体操クラブ
“カーすみ”
開催決定！！



9月6日より加住事務所2階で
体操クラブがはじまります。



開催：毎週金曜日（祝日はお休み）

時間：10：00～11：00

定員：20名程度

詳しくは下記までご連絡ください☆
（後日チラシ作成予定です）

オレンジ加住プロジェクト



オレンジの

加住事務所に花壇
ができました！

9月の認知症月間のイベントである「オレンジガーデニングプロジェクト」。今年は、高齢者あんしん相談センター加住も参加します。

7月5日の活動では地域の認知症当事者と学童保育所の子どもたちが一緒に苗を植えたり、種をまいています。

事務所にお寄りの際にはぜひ見てみてください◎



東京純心大学看護学生さんと地域交流会を開催！！

『暮らしの理解』をテーマに東京純心大学の新1年生の看護学生さんと、参加に協力してくださった地域の皆様との交流会が6月11日(火)東京純心大学体育館で行われました。

明治安田厚生事業団共催のもと、体力測定・体操を行いました。体操や趣味活動などを通して健康行動を実践されている様子が垣間見れ、豊かに生きる姿勢を学びました。

学生達から後日お礼のハガキをいただき、訪問の際、職員に嬉しそうに見せてくれたのが印象的でした。



「緊張したけど地域の方が沢山話してくれて、コミュニケーションに自信が持てた」「若い頃にしかできないことをやりなさいとの言葉が胸に響いた」など学生達にとって大きな学びになったようです。

ご協力ありがとうございました。

「高齢者あんしん相談センター加住」は、八王子市から委託を受けた、地域の高齢者の総合相談窓口です。ご都合により、電話、訪問、来所などの方法でご相談に応じます。 ※ 費用は無料です。

開所日時：月～土 9時～17時30分 日曜・祝日・年末年始(12/29～1/3)は除く

住所：〒192-0004 八王子市加住町1-170-2 加住事務所1階

TEL：042-692-3211 FAX：042-692-3467



安全な外出・散歩のススメ！

体力低下を防ぐために自宅に閉じこもりの生活は防ぎたいですが、今年も大変厳しい酷暑となりそうです。

外出時には「帽子・通気性のいい服を着る」「飲み物・塩分補給アイテムを持参しこまめの摂取する」ように心がけましょう！

☆ はちおうじ まちなか避暑地を上手に利用しよう！

八王子市では公共施設などの空間を「まちなか避暑地」として開放しています。わが高齢者あんしん相談センター加住のいる加住事務所もその一つ！まちなか避暑地を目標に歩き、休憩後に自宅へ帰るコースはいかがでしょうか？

☆ 夕方の新滝山街道 南側がオススメ！

新滝山街道南側は午後になると日差しが陰り歩きやすくなるとの情報を入手！

ただし距離があるので**健脚の方向**けです！



～加住地区のまちなか避暑地～

①加住事務所



- ほかに
 - ②加住市民センター
 - ③道の駅滝山
 - ④戸吹スポーツ公園
- もあります！



特殊詐欺被害&消費者被害 防止講座

プロの劇団員さんによる楽しい演劇と専門家のお話で、**だまされない暮らし**を分かりやすく身につけましょう！

お申し込みはあんしん相談センター加住までお願いいたします。お待ちしております！

日時：9月11日(水)
14:00~15:30

会場：加住市民センター

講師：警視庁八王子警察署防犯係
八王子市消費生活センター 他

対象者：どなたでも

参加料：無料

定員：40名程度【予約制】



知っトク情報



地域ケア会議を開催しました！

地域ケア会議とは、誰もが住みやすく、末永く安心して暮らせる地域を創るためのミーティングです。

今回は6月末、地域の住民団体の皆さんや駐在所のお巡りさん、そして社会福祉協議会の専門スタッフとともに、独居高齢者の見守りや公道への樹木の張り出しなど、いろいろな地域の課題を話し合いました。

これからも、皆さんの地域の困り事を、一緒に考えてゆくことができればと思います。お気軽にご要望いただければ幸いです。



友だち 募集中

👉 ライン友達を登録すると
当センターのイベント
情報をお届けいたします！