

# 酒々井町 生活支援コーディネーターたより

4号

酒々井町地域包括支援センター 令和2年3月

こんにちは。生活支援コーディネーターたよりです。  
日によって暖かくなってきました。体調を崩していませんか？



「2025年問題」という言葉を聞いたことはありますか？  
人口の多い団塊の世代の方々が後期高齢になる年が2025年です。

一番の介護予防は「家に引きこもらず、皆と一緒に会話をしたり活動すること」  
だと言われています。

でも5年後、いまよりもお年を召したらどうなっているか？

「身体があちこち痛い。病気は？」「生活はどうなっているか？」「いま参加しているサークルには通えているか？」「車の免許は？」などなど…

「歩いて行ける距離」に活動する場所があったり、地域に「ささえあいの繋がり」があると安心ではないでしょうか。

皆さまがお住まいの地域の良いところは何でしょう？  
地域の繋がりがありますか？



地域の居場所

ふれあいサロン

かざぐるま

お茶やお菓子を食べながら、一緒に交流  
しませんか？

予約不要、どなたでも参加できます。

毎月第1金曜日（10時～11時半）

中央公民館 1階和室

（問い合わせ：社会福祉協議会 043-496-6635）



活動日誌

リスト

地域にどのような活動場所があるのか、どんなサービスがあるのかななどの情報をまとめています。リスト冊子にして皆さんに活用していただきたいと思っています。