

# 酒々井町 生活支援コーディネーターたより

3号

酒々井町地域包括支援センター 令和1年12月

こんにちは。生活支援コーディネーターたよりです。  
今年は災害が多いです。皆様のお住まいの地域は大丈夫でしたか？



酒々井町でも少子化と高齢化が進んでいます。介護が必要になった場合は、介護保険を申請して介護サービスを利用できます。しかしそれまでは地域のなかまたちと頑張れる環境づくりが必要です。

～地域の人々と仲良くおしゃべりしたり、一緒に活動したりして、できるだけ元気でいたい。あまりお金がなくても、病弱でも地域の人とつながって互いに支えあえる地域で暮らせるなら安心～

地域のつながりの薄い地域も多くなっています。孤立者が増え、老後への不安が増大しています。

しかし



元気になるための介護予防が必要

現在、各地で歩いて行けるくらいの距離に「元気になるための介護予防」のための通いの場（交流したり、運動したりする場）を作る取り組みが求められています。

皆さんの地域では、気軽に集まったり、運動する場はありますか？  
地域で交流する場を一緒に作りましょう。生活支援コーディネーターがお手伝いします。  
地域包括支援センターまでご連絡ください。



地域の居場所

## 木曜の部屋

毎週木曜日 10時～17時

落ち着いた雰囲気の内には、オーナーさんの作品が並んでいます。  
コーヒー1杯¥100.でゆったりとした時間を過ごせます。どなたでも参加できます。

酒々井町東酒々井 3-3-258



活動日誌



上本佐倉の喫茶店さんと共催でサロンを開催しています。地域の人たちの集まりの場として定着するように協力しています。  
参加したい方、興味のある方は地域包括支援センターまでご連絡ください。