

2020年8月発行

地域包括ケア事業「きらり☆きたざわ」 見守りネットワーク



2020年8月号 きらり☆きたざわ通信

きらり☆きたざわとは？

「きらり☆きたざわ」は地域包括ケアに基づき、北沢地区で「暮らす」「働く」「学ぶ」人が知り合い・交流し・支えあうことを目的に活動しています。きらり☆きたざわの取組みに是非ご参加ください。



みなさんいかがお過ごしでしょうか。今年は、お祭りや花火大会などの中止が多く、夏を感じるものが少ないですが、おうちでかき氷を作ったり、すいかやそうめんを食べたり、おうちを涼しくしてゆっくり過ごす夏もいいかもしれません。

外出する際は、熱中症にお気をつけください。特に小さなお子さんやベビーカーの高さだと、地面からの熱の照り返しが多く熱中症になりやすいです。また公園では遊具によるやけどや脱水症状になる危険性があります。「調子がおかしいな」と感じたら、お水を飲んだり日陰に入り体を休めてください。

なにかお困りごとがありましたら、北沢地区社会福祉協議会事務局までご相談ください。

☆はつらつ介護予防講座☆

北沢あんしんすこやかセンターが主催のはつらつ介護予防講座です。介護予防のお話や世田谷いきいき体操などを行います。詳細は、下記の北沢あんしんすこやかセンターまでお問い合わせください。

- 対象：65歳以上の区民の方
- 会場：北沢タウンホール4階 活動フロア
- 時間：(前半) 午後2時～2時45分(45分間)
(後半) 午後3時15分～4時(45分間)
- 参加費：無料(1回だけでも続けてのご参加も可能です)
- 開催日：原則第1・3水曜日

- ・密にならないように**完全予約制**としております。
- ・会場の都合により**定員10名**です。
- ・**予約受付は、開催の1週間前**からです。**電話**でお申し込みください。(お一人年間15回まで)

9月2日(水)/16日(水)、10月7日(水)/21日(水)、

11月4日(水)/18日(水)、12月2日(水)/16日(水)

R3.1月6日(水)/20日(水)、2月3日(水)/17日(水)、3月3日(水)/17日(水)

○お申込み・お問い合わせ：北沢あんしんすこやかセンター(地域包括支援センター)

電話 5478-9101/FAX 5478-8072



☆サロン活動について☆

北沢地区にはサロン・ミニディ・子サロ合わせて25個あります。コロナウイルス感染症予防のため活動の自粛をお願いしておりましたが、現在は、少しずつ再開しております。不安な中ではありますが、各団体のみなさんには手洗い・消毒・マスクの着用や換気、活動場所や活動内容の変更など、皆さんが安心して活動に参加できるように工夫をいただいております。

ご興味のある方は、まず北沢地区社会福祉協議会までお問合せください。

発行：社会福祉協議会北沢地区事務局 担当：中山・松本

連絡先：070-3946-9794 FAX：03-6733-8305