町田市南第３高齢者支援センター広報誌

巳 2025

こころさち

冬・春号

【センター長挨拶】

巳年。諸説ありますが、「再生」と「変革」を象徴する年とも言われています。「蛇」は何となく苦手です。田舎町で育ったので、田んぼや水路で遭遇したり、家の玄関に入ってくることもあり、とにかく怖い存在でした。古くから、人々に畏敬の念を抱かせつつも神聖なものとして祀られてきた蛇。皆さんとっての蛇はどんな存在ですか。

2025年は「団塊の世代」が75歳以上となる年であり、2005年に初めて提唱された「地域包括ケアシステム構築」の目途とされた年です。高齢者だけでなく、誰もが住み慣れた地域での生活を元気で続けていくために、地域とのつながり、住民同士の支え合いがますます重要になっています。

支援センターは、「何か始めてみたい」という皆さんの活動を応援しています。蛇が脱皮をするように、古いものを手放して、新しいものと出会い、繋がっていく、そんな年にしてみるのもよいかもしれません。ご連絡をお待ちしています。

高ヶ坂公社住宅 都営高ヶ坂第2アパート

移動販売がスタート

高ヶ坂公社住宅と都営高ヶ坂第2アパートで、ダイエーによる移動販売が始まりました!!

「日頃買い物には、少し遠くのコンビニやスーパーまで行っており、帰りの荷物も重く大変だった。近くに来てくれて助かります!!」との声がありました。また、ダイエーの方は、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らせるように買い物支援だけではなく、交流の機会創出や見守りにも寄与していきたいと話していました。

●高ヶ坂公社住宅
毎週（火）15:10～15:30

●都営高ヶ坂第2アパート
毎週（金）10:30～10:50

介護予防サポーター養成講座

地域で活躍してみませんか！？

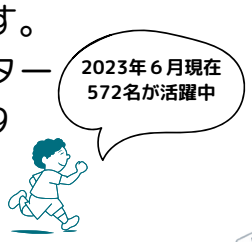
【介護予防サポーターってなあに？】

介護予防の知識を学び、自ら実践するとともに
地域で普及啓発活動を行う方々です。

開催場所：成瀬コミュニティセンター

日程：①5/8②5/15③5/22④5/29

時間：毎週木曜日　9：20～



定員がありますので、詳細はお問い合わせください。

『地域介護予防教室』健康麻雀

高ヶ坂公社住宅コミュニティサロンで
健康麻雀「**サルビアの会**」が立ち上がりました♪

毎週水曜日10：00～

住所：町田市高ヶ坂3-35-B5　1階

～地域のどなたでも参加できます～

オリジンDカフェ

開催日時：毎月第４金曜日

時間：14：00～15：30

場所：キッチンオリジン町田成瀬街道店

認知機能の低下が心配な方、家族、介護者、近隣の方、医療介護の専門職が気軽に集まって、お茶を飲みながらお喋りする"場"です。

認知症サポーター養成講座

認知機能の低下は高齢になれば誰にでもおこります。認知症を自分ごととして考え、認知症の基礎知識、対応の仕方を学びます。家族や友人、地域でその方を支え、認知症になっても住み慣れた地域でその人らしく生活をしていけることを目指しています。

『自治会・グループなど10人以上
集まれば開催できます』

支援センターのHP

随時更新中です

QRコードはコチラ

町田市南第３高齢者支援センター　検索

出張相談会【向陽台自治会（平成会）】

2/8（土）は、向陽台自治会　老人クラブ（平成会）の皆様方に向けて、ひだまり荘の会場で「出張相談会」を開催。10名の方々がご参加くださいました。
高齢者支援センターってどんなことしているの？相談に行くまででもないけど、聞いてみたいという疑問にお答えする形で講義を進行しました。出張相談会ご希望の団体様は高齢者支援センターまでお問合せください。

【町田市南第３高齢者支援センター】

住所：東京都町田市西成瀬2-48-23

連絡先：042-720-3801　FAX：042-860-7022

mail：minami-3sien@shoukichi.org

【成瀬台あんしん相談室】

住所：東京都町田市成瀬台3-8-1

神奈中バス　野村住宅中央下車徒歩３分

連絡先：042-732-3239　FAX：042-860-7022

＊成瀬台周辺にお住まいの方はあんしん相談室をご利用ください＊