

生涯現役情報ステーション かわら版第26号

2016.10月発行
生涯現役情報
ステーション
ひだまり友遊会館
4・7・10・1月発行



世田谷図書館のけやきの閲覧室

ホームページ [生涯現役情報ステーション](#) → 検索

「街路樹の葉も日を追って色づいてきましたが、お変わりなくお過ごしでしょうか。

芸術・運動・学習に最適の季節がやってまいりました。

ひだまり友遊会館では皆様の健康増進・趣味の集まりや学習等を楽しんで頂くために、会議室や体育室をご用意しておりますが、この季節、より一層これらをご利用いただき、実り有る人生をおくっていただけるようお手伝いさせて頂ければと思っております。

お陰さまで敬老行事も無事開催できまして、日頃の皆様の成果を発表させて頂きましたことうれしかぎりでございます。

これからまた一年、来年の敬老行事に向けて、素敵な作品等をお作りいただけたと思います。

今後もひだまり友遊会館をご利用いただければと存じます。 ひだまり友遊会館スタッフ一同

図書館へ行こうよ！！

読書の秋です。長らく仮事務所であった世田谷図書館が新築された世田谷合同庁舎の1階に9月1日再開しました。

新しい世田谷図書館のポイントを紹介すると

○くつろげる空間・小鳥のさえずりを聞きながらリラックスした雰囲気を利用できる空間

○コンシェルジュがご案内・館内の事でわからないことがあればお声かけください！コンシェルジュやスタッフがお答えします。

○開館日・開館時間を拡大・月曜日も開館します。午後9時まで開館しているため、平日のお仕事帰りにも立ち寄れます。

○親子で楽しめるおはなしのへや・靴を脱いで自由に本を手に取り、読むことができます。子どもに読み聞かせもできます。

○真心こもった手作り品を販売・世田谷区内の障害者施設と連携して、自主生産品を販売します。(世田谷図書館のパンフレットより)

行ってみるとおはなしのへやの横にはベビーカーの置き場所も有り書架は低く手が届きやすく、認知症関連コーナーなども有ります。ぜひぜひ一度おいでください。



世田谷図書館のエントランス

図書館カウンターのご案内
図書館資料の予約、予約資料の貸し出し・返却等が出来ます。書架や閲覧スペースはありません。

図書館カウンター二子玉川
玉川1-14-1二子玉川ライズS.Cテラス
マーケット2階 TEL6805-6181

図書館カウンター三軒茶屋
太子堂4-3-1STKハイツ1階
TEL6453-1861

介護予防の仕組みが利用しやすく改善

介護予防・日常生活支援総合事業

(総合事業)のご案内

28年4月から介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)が新しく始まりました。

新しく始まった「総合事業」とは

これまで予防給付として提供されていた訪問介護(ホームヘルプ)及び通所介護(デイサービス)が、各区市町村が行う事業に移行するものです。

総合事業では、現行と同様のサービスのほか、区民同士の支え合いの考え方を基本とした家事援助サービスや通いの場、一定期間集中して通う筋力アップ教室など、介護予防や生活支援のニーズに応える多様なサービスを総合的に提供していきます。～「区のパンフレット」より～

平成28年4月から変わったところは

介護予防・日常生活支援総合事業(総合事業)では

●介護予防・生活支援サービス事業

訪問型サービス・通所サービスなど住民主体でサービスを実施している地域デイサービスも区内に11か所あります。(平成28年9月現在)

こちらは要支援1・2の認定が無くても基本チェックリストを受けて支援が必要となればサービスが受けられます。※第2号被保険者の方が総合事業のサービスを利用するためには、要支援1・2の認定が必要です。

●一般介護予防事業

はつらつ介護予防講座・まるごと介護予防講座・お口の元気アップ教室などこちらは65歳以上の区民の方は誰でも参加できます。

総合事業のメリットは

介護認定の手続きを省略してサービスを利用できる場合がある。

利用料金は月単位ではなく利用回数分のみのサービスもある。多様なサービスがあり、本人の状況に合わせて選択できる。

※介護給付(要介護1～5)、介護予防給付(要支援1・2)のうち訪問介護及び通所介護以外のサービスはこれまで通り変更はありません。

サービスの手続き等についてはお住まいの地域区
のあんしんすこやかセンターへご相談ください。



世田谷ウォーキングフォーラム

代表 小畑 崇

ウォーキングイベントに参加を!!

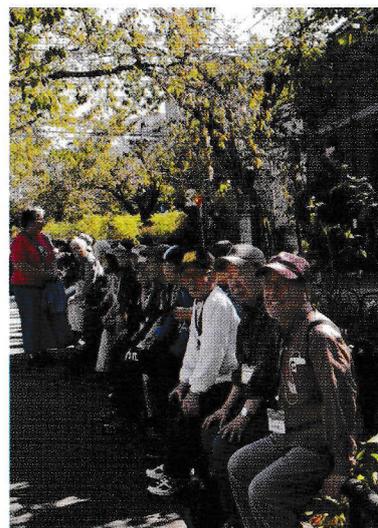
この会は、来年で10周年を迎えます。区内の5公園(砧・駒沢・世田谷・羽根木・芦花)を拠点に活動をしています。最近、平均寿命より介護を必要としない健康寿命に関心が高まっていますが、ウォーキングは健康寿命を延ばす為に有効な手段と言われていますので、私たちの活動に参加をして、一緒に楽しみましょう。最初は一人で参加をしても新しい仲間ができますよ!

過去に参加された多くの人達からは、この会の参加は事前申し込みがいらず、当日のスケジュールや体調など、自分の都合で参加できる気軽さが非常に良いと言われています。

毎月の活動予定表は、生涯現役情報ステーションや区内の主な図書館、あんしんすこやかセンター等に置いてありますので、ご活用ください。

また、ホームページ

(<http://setagaya-walking-forum.jimdo.com/>)から



予定表だけでなく、過去の活動の様子も写真入りで見ることができますので、ご参照ください。

秋です!新しい一歩を踏み出しませんか?

お問合せ 事務局

(担当:佐伯)

080-1256-1524

敬老行事2016 於ひだまり友遊会館

ひだまり友遊会館 敬老行事のご案内

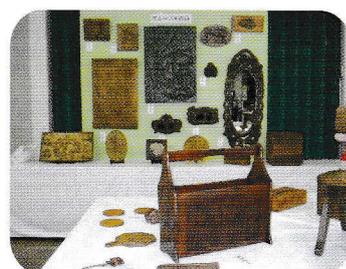
日時 9月18日(日) 10時～16時
9月19日(月・祝) 10時～15時
※演芸会は17時半まで

- 短編映画会
- 骨密度測定
- 落語
- 石川県パンデナショー
- 生涯現役仲間ステーション体験
- 作品展
- 演奏会

【共同会場】
ひだまり友遊会館
星田谷区若科4-37-8
電話 03-3419-2341



会館を利用する団体グループの力作・傑作の作品展、日ごろの練習の成果の演芸会を写真でご披露します。

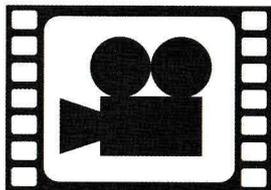


ひだまり友遊会館のご案内

□にいなな会の映画サロン

10月14日『婚期』
10月28日『黄色いリボン』
12月 9日『ダイナマイトどんどん』

時刻 13:00から
参加費 300円(お茶 お菓子付)



□ 美術を楽しむ講座

第5部 人類の遺産を訪ねる旅

講師:谷岡 清

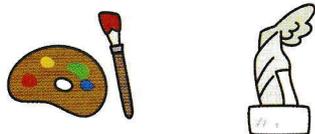
10月17日 第5回

ペルシャ帝国の象徴ペルセポリス炎上

時刻:13:00~15:30

定員:60名(先着順)

全5回のシリーズ講座ですが、お好きな回に自由に参加できます。参加費300円



□ シニア友遊ライブ講座

元裁判官による身近な法律の話

講師:弁護士 山室 恵

10月15日(土) 午後1時30分~3時

定員 先着50名 講習室 参加無料

□ スマイル健幸体操

認知症予防

10月2・16・23日

12月4・18・25日 いずれも日曜日

初級・中級 有

詳細はひだまり友遊会館まで

□シリーズ講座

iPad講習会

10月 8日(土)

10月15日(土)

10月22日(土)

10月29日(土)

1日2講座 午後2時~3時10分

3時20分~4時30分 各70分

参加費:全4日講座分一括6000円

欠席の時の参加費の返却はありません

講師:せたがやすまほ研究会

対象:60歳以上の世田谷区在住・在勤の方。

お申込み:お名前(ふりがな)・電話番号・FAX

番号・Eメール・〒住所・iPad持込か貸出し希

望か明記の上 ハガキかファクシミリで

下記ひだまり友遊会館まで

募集人数:先着20名



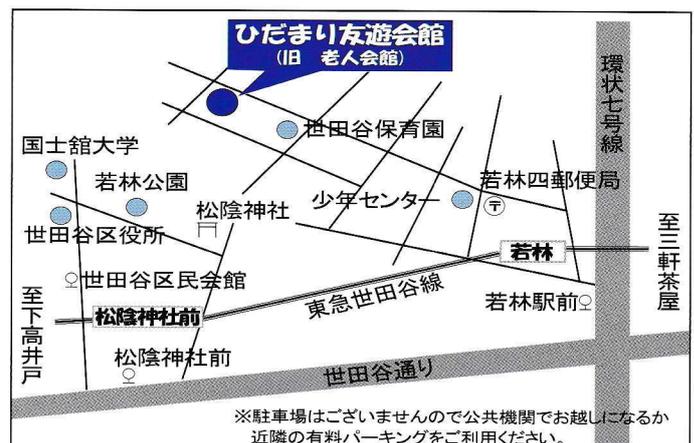
□ひだまり友遊会館休館のお知らせ

以下の期間、工事の為休館となります。

期間中ご不便をおかけいたしますが、
よろしくお願い致します。

休館期間:平成28年11月3日(木)~

平成28年11月29日(火)迄



ひだまり友遊会館 世田谷区若林4-37-8

TEL3419-2341 FAX3413-9444