

6 交流したい、学びたい



(1) 地域で活動や参加ができる場所

一般介護予防事業	65歳以上のすべての方が対象（区内施設で実施）	冊子「介護保険のしおり」をご覧ください
ふれあい館	ロビー、娛樂室、浴室などが設けられ、地域の趣味やレクリエーションを楽しむ施設（一部有料） ※60歳以上で利用登録をした方対象	各施設へ
高島平ココからステーション	どなたでも入れる地域の交流の場 運営：（地独）東京都健康長寿医療センター研究所 毎週水金・第2・4土曜 11:00～16:00	高島平 2-32-2-105 ☎ 6909-7645 （左記時間のみ）

(2) その他の事業

ウェルネス（介護予防）活動推進団体支援事業	65歳以上で定期的に活動している団体が対象。 登録により、活動場所や活動内容の相談ができます。	おとしより保健福祉センター 介護予防係 ☎ 5970-1117
-----------------------	--	---------------------------------------

(3) 認知症の方を介護する家族のための交流会

認知症の方を介護している家族や介護経験者が、今抱えている悩みや不安を語り合える場です。お住いの地区に関係なく好きな会に参加できます。

名 称	会 場	日 時（原則）
こもれび	グリーンホール 503 または 502（栄町 36-1）または文化会館 第2会議室（大山東町 51-1）	毎月第1木曜 13:30～15:00
志村地区	志村坂上地域センター 洋室Aまたは洋室B（小豆沢 2-19-15）	毎月第2火曜 13:30～15:00
みんなの杜 ^{もり}	あたごの杜 高島平地域交流スペース（高島平 5-31-8）	奇数月第2土曜 14:00～16:00 予約制
フレンドリー	中丸集会所2階 第1・第2和室（中丸町 27-11）	毎月第4水曜 14:00～15:30
きずな	成増アクトホール 第1洋室（成増 3-11-3）または成増三丁目集会所 第2洋室（成増 3-34-21）	毎月第1水曜 13:30～15:30
桜の会	高島平区民館 3階集会室（高島平 3-12-28）または高島平地域センター 第1洋室（高島平 3-12-28）	毎月第2金曜 14:00～16:00
やすらぎ	きたのホール 第1洋室（徳丸 2-12-12）	毎月第3木曜 13:30～15:30
ココから話そう会	高島平ココからステーション（高島平 2-32-2-105）	毎月第3土曜 14:30～15:30

※ 会場・日時は変更される場合があります。



情報交換ができました。

不安や疑問、イライラしてしまう気持ちを話してスッキリしました。区内の情報、介護のヒントなども聞くことができました。

区ホームページで年間予定表やチラシを掲載しています

