

# 十条高齢者あんしんセンターだより

今年も残すところ1ヶ月、クリスマスや年末年始の準備で商店街も華やぐ頃となり、沢山の人が動く頃となりました。この時期の戸締りや火の元には、お互いに充分に気をつけましょう。



「**第一回おたがいさまネットワーク連絡会**」を開催しました。



担当地域の、町会長さん、民生委員さん、社会福祉協議会さん、薬局さん、介護事業所さんの皆さんと、あんしんセンターの職員とで「見守り活動について」意見交換しました。さまざまな取り組みや、困った時の対応の仕方や協力について聞かせて頂き、今後の連携の取り方や、センターからの情報発信の仕方など沢山の意見を頂きました。お集まり頂いたみなさん、お忙しい中ありがとうございました。

シルバー川柳・・・三選

- ・飲み代が酒から薬にかわる年
- ・デザートは昔ケーキ今くすり
- ・体調の良い日は医者をはしごする。



週間ポスト、2012.3.30号より

発行元 十条高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）  
〒114-0034 北区上十条3-1-25 帝京大学4号館1階  
Tel 03-5948-9981 Fax 03-948-9982





## < 12月開催行事 >



	サロン名/会場	開催日時	内容	定員	申し込み
1	<b>㊵ サロン</b> 十条高齢者あんしん センター 多目的室	<b>12/13(火)</b> 午後1時 ~ 3時	もの忘れについて 相談や 気軽なお喋り 医師：横山先生	-	ありませんので気楽にお寄り下さい
2	<b>ヨガサロン</b> 十条高齢者あんしん センター 多目的室	<b>12/7(水)</b> 午前10時~	椅子に掛けての ヨガ体操	<b>20</b>	<b>電話予約</b>
3	<b>ふれあいサロン</b> 上十条ふれあい館	<b>12/8(木)</b> 午後2時~ 3時半	さくら体操、マジック、 折り紙他、茶話会、歌	<b>40</b>	<b>電話予約</b>
4	<b>はらぺこクラブ</b> 十条高齢者あんしん センター 多目的室	<b>12/20(火)</b> 午前11時半 ~12時半	お弁当を食べて 楽しいおしゃべり	<b>20</b>	<b>電話予約</b> ※お弁当代に 500円必要です※
5	<b>映画会サロン</b> 上十条ふれあい館	<b>12/22(木)</b> 午後2時~	「嵐を呼ぶ男」 石原裕次郎、北原三枝	<b>50</b>	<b>ありません</b>



予約の電話番号・・・03-5948-9981



◎ 困ったなあ～ ◎

おばあちゃんを美容院につれて行きたい・・・けど、足が弱ってるし、車椅子があると、自分も安心して楽に連れて行けるけどなあ～。



車椅子ステーションがあります

お近くの町会・自治会・地域振興室・福祉施設などで1週間を目安に車イスを貸し出しています。(無料)

利用には事前予約が必要ですので、詳しくはお近くの地域団体へ問い合わせください。

