

地域で共生！ 仲間と楽しく。様々な活動が認知症予防に。

家事援助スタッフとして働きませんか？

【家事援助スタッフとはなんですか？】

介護保険の要支援認定などを受けている方の自宅へ訪問し、掃除、洗濯などの家事援助のみを行うスタッフです。資格がなくても区が実施する研修（受講料無料）を受講することで従事できるようになりました。家事援助スタッフとしてあなたも地域に貢献しませんか？担い手となったあなた自身の生きがい、介護予防にもつながります！

【研修って何をやるの？】

3日間の研修で介護保険制度や高齢者の特徴、緊急対応などを学びます。研修最終日に修了証を受け取った後は、区内の介護サービ

ス事業者（10社程度）が集まる就職相談会に参加できます。また、希望者は現地に同行訪問する実地研修も受けられますので、働くイメージが付きやすくなります。

【受講資格は？】

区内在住、在勤、在学の18歳以上の働く意欲のある方であればどなたでも受講できます。退職した方、今までお勤めしたことのない方も大歓迎です！

※区外在住の方は在勤、在学証明書の提出が必要です。

※次回の育成研修は11月2日（土）～4日（月・祝）までの3日間を予定しています。



3日間の研修で資格が取れます！

申込みを希望する方は区のホームページをご覧ください。窓口申込みも可（要事前予約）。

☎総合事業グループ

☎ 4566-2435

HP: <http://www.city.toshima.lg.jp/426/1808301043.html>



高齢者クラブに参加しよう！



趣味や生きがいを見つけたい。地域のちからになりたい。人生100年の時代、ずっと、もっと、自分らしく生きるために、あなたも高齢者クラブに参加しませんか。

☎豊島区高齢者クラブ連合会

☎ 5950-2511（火・木曜日午前9時30分～午後4時）

✉ toshima.elder.club@sunny.ocn.ne.jp

☎管理グループ ☎ 4566-2429

高齢者クラブ連合会発行。PR冊子が完成しました！



【こんな活動をしています】

- 体力測定 ● カラオケ ● 歩こう会
- 輪投げ ● 地域清掃
- ひとり暮らし高齢者への声かけ

ほかにもたくさんの活動があります！

【参加するにはどうしたらいいの？】

区では現在、70を超える高齢者クラブが活動しています。各地域ごとに結成されているので、自宅の近くで活動が可能です。どの地域にどんなクラブがあるのか、また具体的にどんな活動をしているのかなど、興味がある方はお気軽にお問い合わせください。



介護予防リーダー・各種サポーターになりませんか？



☎介護予防・認知症対策グループ
☎ 4566-2434

介護予防リーダー

地域で介護予防活動を行うことに意欲のある方が、自主グループ活動やサロン活動を行っています。

介護予防サポーター

地域でボランティアができる健康な方が、区の介護予防事業のサポートや介護予防サロンサポーターとして活躍しています。

養成講座(全2回)10月21日(月)、24日(木)
※詳細は広報としま掲載予定。



フレイルサポーター

地域の健康づくりの担い手としてフレイルチェックの実施や、参加者への健康アドバイスをします。

養成講座：令和2年1月頃（予定）
※詳細は広報としま掲載予定。