

ほっとレター

連続企画

よりみち お片づけ講話

スタートしました！

8月22日(金)に、第1回「**台所から始める整理・収納**」を開催。

当日は15名の参加があり、和気あいあいと、お片付けの方法や難しさをおしゃべりしました😊

- 昨年好評だった「よりみち お片づけ講話」。今年はいよいよ多くの皆様と話せるよう、4回に分けて実施します。また会場も、地域の方々のご協力で大崎第1地区内各所で行います。
- 8月初回は“片付け苦手さん向け”のお話。各グループに整理収納アドバイザーが加わり、片付けの難しさや何から始めたら良いかなど、丁寧に提案いただきました。

- 「片付けようと思っても、なかなか腰が上がらなくて…」との声に、講師の熊沢雅子さんから「食べ物のような思い入れの少ない物から始めるといいですよ」とアドバイス。「帰ったら早速やってみよう！」とメモを取る姿が見えました。
- 台所のほかにも「写真やアルバムの整理はどうしたら?」「家族全員分の洋服の整理が大変で」等困りごとを共有される方も。心のモヤモヤを話せる、聞いてもらえる場となり、講話の終わりには皆さんすっきりとした表情になっていました🌸



去年に引き続き、講師は地域支援員の熊沢さん



〈お知らせ〉

第2回「手放す?とっておく?お洋服の方づけ」は、台風に伴う大雨注意報の影響で中止しました。振替日は別途ご案内します。



紙袋や園芸用ネームタグで手作りした、便利アイテムも紹介

お片付けのポイントは捨てることから始めようとしないうこと!

予告 1

10月22日(水)14:00~15:30

会場:大崎第一地域センター 第1・2集会室

内容:高齢期の住まいとお片付け

講師:中野三穂さん(整理整頓アドバイザー)

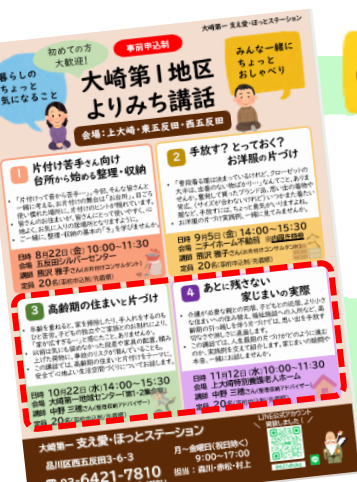
11月12日(水)10:00~11:30

会場:上大崎特別養護老人ホーム

内容:あとに残さない家じまいの実践

講師:中野三穂さん(整理整頓アドバイザー)

- 後半企画は、「高齢期の片づけ」に絞ったテーマで行います。実践例を交えながら、地域支援員の中野さんが御講話くださいます。
- まだご参加枠に空きがございますので、お電話お待ちしております!(事前申込制)



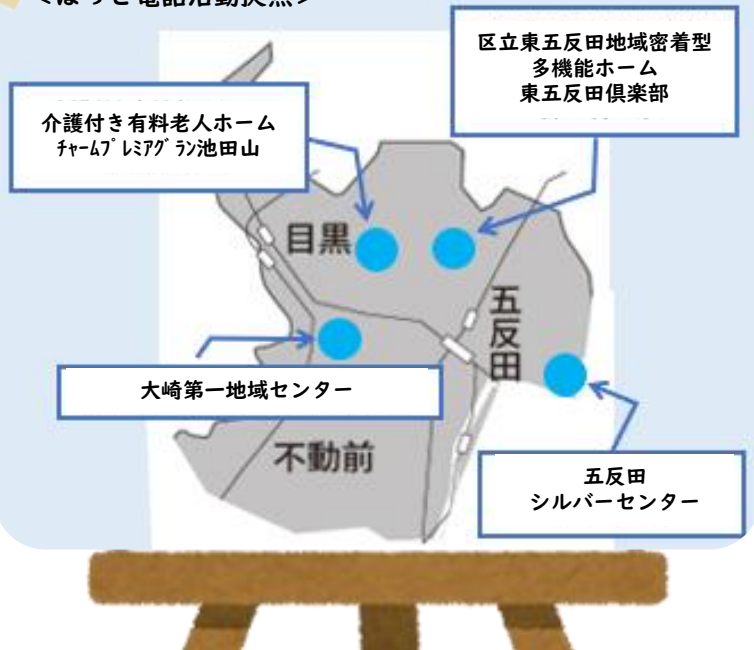


求ム！ほっと電話ボランティア！



- ・「ほっと電話」は、電話による地域の見守り活動です。足腰が悪くなかなか外に出られない方や、大人数の集まりは苦手だけれど関わりは持っておきたい方、「テレビがお話し相手になっていてね」という方等に、お電話を通じて、地域とつながる安心感をお届けしています。
- ・実際の活動は、月1回1時間程度。毎月決まった日時に、お近くの活動拠点にお集まりいただき、2～4人の利用者さんとお話します。天気の話や体調の話、その時々で会話の内容はさまざま。専門的なご相談の際には、私たち支援愛職員が対応します。まずは見学にいらっしやいませんか？

<ほっと電話活動拠点>



現在の活動拠点は、

- ・西五反田3丁目
 - ・東五反田2・4・5丁目
- の4か所です。

お借りできる
拠点情報も
お待ちしております 🌻

聞き上手な支援員さんのやり取りで
月1回の電話を心待ちにされる
ご利用者様がいらっしやいます 😊



チャームプレミアグランド池田山会場

予告②「よりみち 介護保険講話」を開催します

事前にお申込みください

日程 10月16日(木)10:00~11:30

場所 桐ヶ谷斎場

テーマ はじめての介護保険活用術

講師 西五反田在宅介護支援センター 土山悟さん

定員 20名(事前申込制/先着順)



桐ヶ谷斎場 (西五反田5丁目)

- ・桐ヶ谷通りは地域センターからやや遠く、交流拠点を持てずにいたエリアでした。ですが今回、地域の皆様のご協力で会場をお借りすることができました！
- ・お隣、荏原第一地区と初めての協働開催です。介護保険の気になること、日々のちょっとしたお悩みなど、ご近所の皆さんと一緒に話してみませんか？

大崎第一 支援愛・ほっとステーション

品川区西五反田3-6-3

☎ 03-6421-7810

月～金曜日(祝日除く)

9:00~17:00

担当：森川・赤松・村上

LINE公式アカウント
開設しました！

