



# ケア24梅里だより

発行：ケア24梅里

杉並区梅里1-7-17

☎5929-1924

## ケア24って、どんなところ？

地域で暮らす高齢者の方やそのご家族を、「福祉」「介護」「医療」などの面から、さまざまな機関と協力して総合的に支援する相談窓口です。

ちょっと相談したい、どうしたらいいか困っている、どこに相談していいかわからない・・・こんな時はお気軽にご相談ください。高齢者の方がいつまでも、住み慣れた地域でいきいきと生活できるようにお手伝いします。ケア24梅里の担当地域は、「梅里1・2丁目」「高円寺南2丁目」「堀ノ内2・3丁目」です。



うえるくん

## ケア24梅里 職員紹介



センター長・山本

### 新しい職員が 入りました！



社会福祉士・松岡

以前に地区担当をさせていただいていたことがあり、帰って来たような気持ちです。皆様が相談しやすいケア24にできればと思っています。どうぞよろしく願いいたします。山本

4月からケア24に配属となりました。まだまだ未熟者ではございますが、地域の皆様のお力になれるよう頑張ります！よろしく願いいたします。松岡

## 戻ってきました！



社会福祉士・濱田



主任ケアマネ・新井



看護師・小林



社会福祉士・三島

## 今年度もよろしく願い致します。



事務・林

## ケア24梅里 職員一同



# コロナウイルスをみんなで乗り越えよう！



あんしん協力員の皆さんに、外出自粛期間の過ごし方や気をつけていること、コロナウイルスが終息したらやりたいことなどをお聞きました。一日も早く日常が戻り、地域の皆様にお会いできることを願って…

桜やバラなど、近所で例年きれいに咲いている場所を訪ねてまわっています。



いつもはなかなかしない鉢ものやプランターの土の入れ替えをしています。



ZOOM、Skype、LINEなどのビデオ通信を使って、会議やオンライン飲み会をやっています。コロナが終息に向かっても利用するかもしれません。



20代の頃、老後に読もうと購入した夏目漱石全集16巻を改めて読み始めました。漱石の深い教養と日本人が持っているすばらしさを改めて感じながら読んでおります。



ラジオ体操や新聞の音読をし、今まで通り規則正しい生活を心がけています。コロナ対策だけでなく、健康づくりや認知症予防にもなると思っています。



外出自粛中の中、つれづれなるままに俳句に挑戦してみました。「眉と目で口紅いらぬマスク顔」「夕方のこわごわ続ける一万歩」



今年度も健康クラブニチイ(健康講座)、サロングランダ(手芸教室)は行う予定です。開始時期は決まりましたら、ご案内いたします。又、もの忘れ相談や車イス貸し出し事業は通常どおり行っています。

お申し込み・お問合せは・・・ **ケア24梅里** ☎5929-1924



営業時間: 月曜～金曜 9:00～19:00  
土曜 9:00～13:00