

シニアへのご案内

10月～令和6年3月 シニア向けプログラム

1 家族介護者支援ホームヘルプサービス

在宅介護中の家族をサポートするために、ヘルパーを派遣します。介護保険では認められないサービスでも一部利用できます。詳細はお問い合わせください。

▶対象 区内在住で要介護4・5と認定され、居宅で家族介護を受けている方

▶サービス内容

掃除、洗濯、調理・配膳・片付け、食事・服薬の介助、排せつの介助、入浴・清拭・着替えの介助、見守り・話し相手、通院や病院内での介助(待ち時間の付き添いなど)、買い物・散歩などの外出介助など

▶利用時間 午前8時～午後8時(1回1時間単位、年間24時間以内)

▶利用料金 1時間400円から(利用時間によって異なります)



2 高齢者補聴器購入費助成

補聴器購入費(上限20,000円)を助成します。購入前に問合先へご相談ください。

▶対象 住民税非課税世帯の70歳以上で、耳鼻咽喉科医師が必要と認めた方

※身体障害者手帳(聴覚障がい)をお持ちの方を除く

3 高齢者自立支援住宅改修助成

▶対象 区内在住の要支援か要介護と認定された65歳以上で、身体状況などにより住宅の改修が必要と認められる方

▶助成種目、限度額

- 浴槽の取り替え(付帯工事含む) = 379,000円
- 流し、洗面台の取り替え(付帯工事含む) = 156,000円
- 便器の洋式化(付帯工事含む) = 106,000円

※事前にお住まいの地域を管轄する地域包括支援センターへ相談。介護保険の負担割合に準じて1～3割の自己負担あり

◇1～3いずれも◇

▶申込方法 お住まいの地域を管轄する地域包括支援センターへ来所

▶問合先 地域福祉課高齢者地域支援担当

大森 ☎5764-0658 FAX5764-0659

調布 ☎3726-6031 FAX3726-5070

蒲田 ☎5713-1508 FAX5713-1509

梶谷・羽田 ☎3741-6525 FAX6423-8838



1 元気アップ教室

健康維持のための体操やヨガなどを行います。

2 つなげる体操

スクリーン画面の講師を見ながら、椅子を使用しゆっくりと筋肉を動かす体操や、リズムダンスなどを行います。講師へ質問もできます。会場ごとに内容が異なりますので、詳細はお問い合わせください。

※1人1会場

3 オンライン交流会

各いこいの家の中継で結び、脳トレやリズム体操を通して、同じ会場やほかの会場の参加者とも交流します。

4 スマートフォン講座

体操動画を視聴する方法や写真の撮り方など、基本的な操作について質問できます。



会場	日時			
	1 元気アップ教室	2 つなげる体操	3 オンライン交流会	4 スマートフォン講座
池上老人いこいの家	月～金曜、午前(1時間)	火曜、午後1時15分～2時	10月6日(金) 午後2時～3時	10月3日(火)
仲六郷老人いこいの家				10月10日(火)
東蒲田老人いこいの家				10月17日(火)
本蒲田老人いこいの家		水曜、午後1時15分～2時	12月22日(金) 午後2時～3時	10月31日(火)
鶴の木老人いこいの家				10月4日(水)
仲池上老人いこいの家				10月11日(水)
久が原老人いこいの家				10月18日(水)
千束老人いこいの家	月～金曜、午前(1時間)	木曜、午後1時～1時45分	9月15日(金) 午後2時～3時、12月22日(金) 午後2時～3時	10月25日(水)
シニアステーション梶谷				木曜、午後2時～2時45分
新宿老人いこいの家				
東梶谷老人いこいの家				
大森東老人いこいの家				
大森中老人いこいの家				
山王高齢者センター				
東六郷老人いこいの家				
入新井老人いこいの家				

▶申込方法 1 9月11～16日 2～4 9月1～11日に希望する会場へ来所

5 膝痛・腰痛ストップ体操

膝痛や腰痛に効果的な自宅でもできる体操をレクチャーします。

日程	時間	初回開催日	会場
月2回 火曜	①午後1時～1時45分	10月3日	六郷地域力推進センター
月2回 水曜	②午後2時～2時45分	10月11日	ライフコミュニティ西馬込

▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照。希望会場も明記)。9月15日必着 ※時間指定不可

◇1～5いずれも◇

▶対象 区内在住の65歳以上で医師などから運動制限を受けていない方

※タオル、飲み物、4はスマートフォン持参

▶定員 抽選で1各会場15名程度 2～4各会場10名 5各30名

▶問合先 高齢福祉課高齢者支援担当(〒144-8621大田区役所)

☎5744-1624 FAX5744-1522

9月20～26日は動物愛護週間

子どもも大人も一緒に考えよう、私たちと動物

ペットは責任と愛情を持って飼いましょう

子どもの頃から動物との付き合い方を学ぶことは、動物に対する考え方や子どもたちが担う未来の社会づくりにつながります。人と動物との関わりについて、子どもも大人も一緒に考えてみましょう。



人と動物が共生できるまちづくり

ペットを飼うことは、その命を預かり、ペットと共に地域社会の中で暮らしていくことです。飼い主は、ペットが健康で快適に暮らせるようにするとともに、社会や近隣に迷惑をかけないよう配慮する責任があります。地域のルールやマナーを守り、人も動物も暮らしやすいまちをつくりましょう。

備えよう！ペットの災害対策

災害時に備えたペット用品の用意や、いざという時に親戚や友人など、ペットを預かってくれる方を探しておきましょう。

自宅で生活ができず、親戚や友人にペットを預けることができない場合は、ペットと同行避難することを考えましょう(犬や猫などの小動物に限ります)。避難所ではペット専用スペースで飼育し、飼い主が協力し合って世話をします。

犬のしつけ方教室に参加しよう！

「飼い主さんのお悩み相談」

▶日時 10月15日(日)午後1時30分～4時 ※雨天の場合10月22日(日)に延期

▶会場 多摩川台公園

▶定員 抽選で50世帯(1世帯につき犬1匹、4名まで)

※犬には鑑札・注射済票を装着

▶申込方法 問合先へ往復はがき(記入例参照。犬の登録番号と登録年度、参加人数、飼育に関する困り事やしつけ方教室で学びたいことも明記)。電子申請可。9月12日必着

▶問合先 生活衛生課環境衛生担当(〒143-0015大森西1-12-1)

☎5764-0670 FAX5764-0711



詳細はコチラ

人権問題への理解を深めましょう

インターネット上の人権侵害 ～誹謗中傷を書かない・広げない～

インターネットはその利便性から、世代を超えた多くの人々が利用しています。一方、根拠のない悪質なうわさや、プライバシー侵害、侮辱とみられる書き込みなどインターネット上の人権侵害も深刻化しています。

一度インターネットに公開した情報は、不特定多数の利用者へ届きます。そこで人権侵害を防ぐためには、「誹謗中傷を書かない・広げない」ことが必要です。投稿の内容は誰かを嫌な気持ちにさせないか、広げようとしている情報は信頼できる内容か、発信する前に立ち止まって確認することが大切です。

令和4年7月7日に侮辱罪が厳罰化された改正刑法が施行されるなど、インターネットを安全に利用するための取り組みが広がっています。インターネットを利用する際は、人を傷つけない、思いやりの心を忘れないようにしましょう。

●人権に関する相談

みんなの人権110番 ☎0570-003-110

(月～金曜、午前8時30分～午後5時15分 ※休日、年末年始を除く)

▶問合先 人権・男女平等推進課人権・男女平等推進担当

☎5744-1148 FAX5744-1556