

人と人がつながり 地域で支え合い 安心して暮らせるまちへ



地域ケアネットワークとは

子どもから高齢者まで

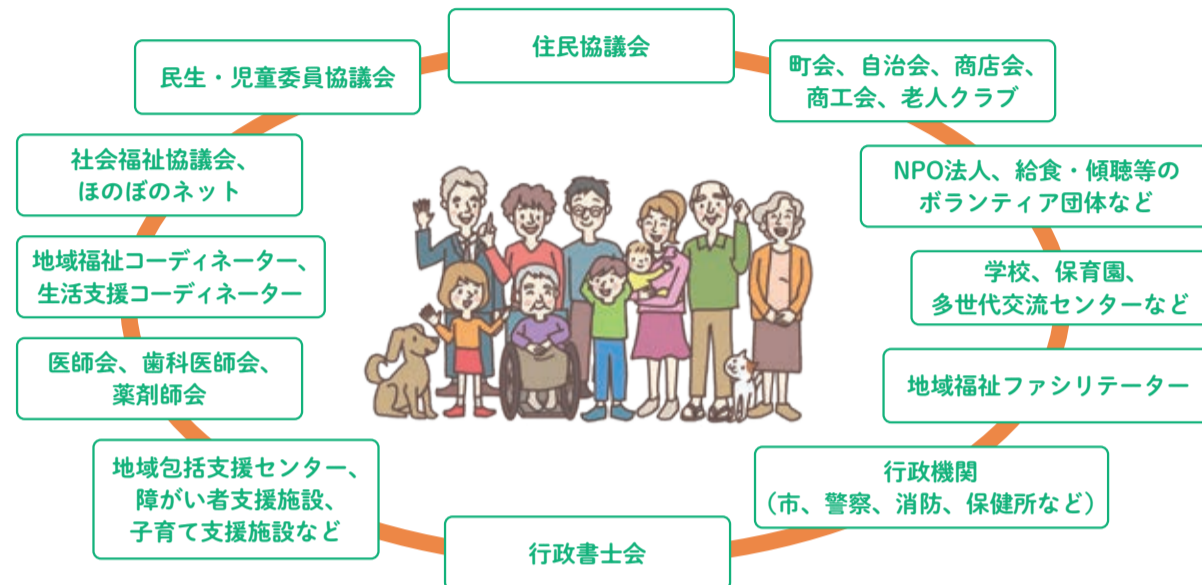
誰もが暮らしやすい地域を目指して

地域ケアネットワーク(ケアネット)は市内のコミュニティ住区ごとに7つあり、最初に設立した井の頭は今年で20周年、7つ目に設立した大沢は10周年を迎えました。

各ケアネットでは地域の住民団体や関係団体、ボランティア、行政が連携する支え合いの仕組みの中で、子どもから高齢者までを対象に、地域の課題解決に向けた協議を行うとともに、各地域に合った取り組みを企画・実践しています。

構成団体・機関

地域で活動するさまざまな団体・機関などが「つながり」「支え合い」を築いています。



主な取り組み

ケアネットは各コミュニティセンターを拠点に活動しています

地域の居場所づくり 気軽に参加できるサロン

子どもから高齢者まで参加できる地域の憩いの場です。各地域のコミュニティセンターで開催しています。

ケアネット・井の頭	ふれあいサロン・井の頭 回 奇数月第1火曜日午後1時30分～3時
ケアネット・しんなか	しんなかサロン 回 毎月第4木曜日午後1時30分～3時30分
ケアネット・にしみたか	よってらっしゃい・にしみたか 回 毎月第4月曜日午後1時30分～3時
ケアネット・東部	ひだまりサロン・東部 回 毎月第1水曜日午後1時30分～3時
連雀・ケアネット	連雀サロン 回 毎月第3火曜日午後1時30分～3時
駅周辺・ケアネット	駅前 風のサロン 回 年10回第3木曜日午後1時30分～3時
ケアネット・おおさわ	サロンおおさわ 回 現在休止中



線日



健康体操

各ケアネットの情報は、地域で配布するチラシや地域福祉課のX(右記QRコード)で発信しています。イベントなどへの参加を希望する方は地域福祉課☎0422-29-9235へご連絡ください。



地域向け講座の開催

さまざまなテーマのイベント・講座

防災、認知症、子育て、健康づくりなどをテーマに、さまざまなイベントや講座を開催しています。参加者同士の交流・出会いの場にもなっています。



防災ウォーク

多世代交流

遊びを通じたさまざまな催し

昔遊びや折り紙、音楽会などを通じて、世代を超えた交流が生まれる機会を設けています。世代の異なる住民同士が知り合い、顔の見える関係をつくることは、地域の安全・安心にもつながります。



昔遊び

見守り支え合い

地域の見守りの輪

あいさつ運動や声かけ、見守りの方法を学ぶ学習会、生活の中でのささいな困りごとや買い物をお手伝いするサービスなど、子どもや高齢者をゆるやかに見守る仕組みづくりを進めています。



あいさつ運動

今年で設立20周年。地域の支え合いの輪が広がっています



ケアネット・井の頭地区長 **鈴木弘七** さん

井の頭地区では、ささいな困りごとを地域の皆さんで助け合う仕組み「ちょこっとサービス」と、地域の活動を見守る仕組み「みまもるん」を展開するほか、定期的にサロンを開催しています。

活動を通じて地域の皆さんとのつながりを実感でき、自身の活動が自分の住む地域にも生かされ、地域がより良くなるのが自分の生きがいにもなっています。

地域福祉コーディネーターが困りごとをサポートします

ケアネットの構成員である「地域福祉コーディネーター」は、年齢や対象を問わず、生活の中での悩みや心配事がある方や、そのご家族の方からの相談を伺い、必要な制度・サービスや地域で活動する団体を紹介するなど、ご本人に寄り添いながら課題の解決を目指します。市内7地区にそれぞれ1人配置しています。

地域福祉コーディネーターへのご相談はこちらへ

☎0422-76-1271 | ✉chiiki@mitakashakyo.or.jp

私たちが担当します

- 井の頭地区: はまだ 濱田
- 西部地区: ながとも 長友
- 大沢地区: すやま 壽山
- 連雀地区: つちや 土屋
- 新川中原地区: かむら 川村
- 東部地区: たかはし 高橋
- 駅周辺地区: どうさん 道三

お気軽にお声がけください

駅周辺地区・地域福祉コーディネーター **道三** さん

「これからどうすればいいだろう」「これってどこに相談すればいいだろう」「誰かに話を聞いてもらいたい」など、ご本人やご家族、ご友人などのお困りごとについて、担当地区の地域福祉コーディネーターがお話を聴き、解決に向けて一緒に考えます。地域福祉コーディネーターはさまざまな世代の方からの相談をお聴きし、三鷹市役所や支援団体、地域の方たちと連携して解決を目指します。電話や来所のほか、訪問して相談をお聴きすることもできます。一人で悩まずお気軽にご相談ください。



こんな相談が寄せられています

- 仕事を退職して時間ができたので地域の活動に参加しているいろいろな人とつながりを持ちたい
- 自分の特技を生かして地域で活動を始めたいがどうすればいいかわからない
- 仕事をしていたがうつ病になって退職した。今後の生活をどうしたらいいか
- 50代の息子が仕事をしないで家にひきこもっていて、今後の生活が心配
- 子どもが学校に行っていないが、同じく学校に行かない子やその親がどうしているか知りたい
- 障がいのある子どもが同じ世代の子と交流できる場所がないか
- 市役所に提出する書類の書き方が分からない
- 自分の親の介護について相談したい
- いつもお話ししているご近所さんを見かけなくなって心配
- 親を看取って1人になり、これからの自分の生活が不安

各コミュニティセンターでも相談サロンを毎月開催しています。