

～他人事から我が事へ～

## 人生100年時代到来！

# あなたの千カラを 地域で活かそう！！

少子高齢化が加速する今日、かつてのように介護や子育てを家族だけで担うことができません。私たちがなんとなく感じている将来の不安を私たち自身が正しく理解するとともに、身近な人と繋がりを深め、支え合いを行うことで安心して暮らし続けられる地域づくりを進めていきましょう。  
**新たな元号を迎える今、あなたの力を東林地区で活かしてみませんか！！**

日 時

**3月13日** (水) 午後1時30分～4時

場 所

**東林公民館 1階 多目的ホール**

対 象

シニアライフの支え合い活動に関心のある方

定 員

80人 (申込順)

受講料

無 料

主 催

東林地区社会福祉協議会  
東林地区地域ケア会議地域づくり部会



申込・問い合わせ

**東林地区社会福祉協議会** (東林まちづくりセンター内)  
お電話にてお申込みください

電 話

**042 (705) 3315**

## 講師

特定非営利活動法人 よこはま地域福祉研究センター



## センター長 佐塚 玲子 氏

横浜市内の地域ケアプラザに 10 年勤務。公的サービスが創出される中、これからの福祉は「地域の時代」と確信。その後、横浜市内中間支援NPOに 8 年勤務。福祉に携わる専門職・市民の人材育成事業を中心に行う。5 年前より現職。  
神奈川県社会福祉審議会委員

## 内容

- ◆ 高齢者の理解・高齢者福祉サービスの現状
- ◆ 介護難民にならないために 私たちがすべき備えとは
- ◆ 東林地区の高齢者支え合い活動紹介
- ◆ 東林地区に必要な生活支援活動と担い手
- ◆ 人生100年時代 より良い人生を生き抜くために

### 東林地区の支え合い活動



少人数のふらっと立ち寄りサロン  
りんりんカフェ



身近な地域での生活支援  
相南フレンドリーの会



お食事とおしゃべりの集いの場  
東林いこいの広場

## アクセス

- ◆ 小田急江ノ島線  
東林間駅下車 徒歩約 10 分
- ◆ 小田急小田原線  
小田急相模原駅下車 徒歩約 15 分

