

# いろいろあります! 高齢者の社会参加や活動

## 明るく 楽しく 元気よく 仲間づくりを進めよう

### シニアクラブの活動

現在、区内では154のクラブが活動しており、15,000人余りの会員が歌、踊り、手芸、囲碁・将棋、各種スポーツ、公園花壇づくり、ボランティアなどさまざまな活動を行っています。

人生100年時代、住み慣れた地域にあるクラブに加入して、シニアパワーを発揮してみませんか。

- ▶対象 区内在住のおおむね60歳以上の方
- ▶入会方法 問合せまたは近隣のシニアクラブまでお問い合わせください。
- ▶問合せ 高齢福祉課高齢者支援担当 ☎5744-1252 FAX 5744-1522



いきいき体操の様子

## 仕事やボランティアを通じた社会参加

### シルバー人材センター

知識や経験などを活かし、臨時的かつ短期的又は軽易な業務の就業機会や社会奉仕活動への参加機会を提供します。

- ▶対象 60歳以上で会員登録をした方
- ▶問合せ (公社)大田区シルバー人材センター ☎3739-6666 FAX 3734-0722



### 大田区いきいきしごとステーション

就労や社会参加活動などの紹介を行い、豊かな知識や経験を活かせる多様な活動を支援します。

- ▶対象 おおむね55歳以上の方
- ▶問合せ (社福)大田区社会福祉協議会 ☎5713-3600 FAX 5713-3602

### おおた地域共生ボランティアセンター

シニア世代の皆さんが活躍できるボランティア活動をご提案します。「誰かのために、何かができる」を合言葉に、活動を通じて心身ともに健康を維持しませんか?

- ◆例えば、こんなことできませんか?
  - 人の話を聞くのが好き ●料理・掃除が得意
  - 力仕事は任せて ●こんな特技もっています

- ▶対象 区内在住の18歳以上の方
- ▶問合せ (社福)大田区社会福祉協議会 ☎3736-5555 FAX 3736-5590



(施設一覧)

## 身近な地域で気軽に利用! 元気に体力づくり

### 老人いこいの家

60歳以上の方を対象に、心身の健康増進を図るための場をご提供しています。元気アップ教室やマッサージ、敬老行事などを行っています。



お花の教室

### シニアステーション事業

高齢者の元気維持や介護予防、社会参加から最適な介護サービスへの切れ目のない支援を提供するために、高齢者の総合相談窓口である地域包括支援センターと連携し、5地区(馬込・嶺町・田園調布・糎谷・羽田)で実施しています。また、シニアステーション糎谷では、おおむね55歳以上の方を対象としたプレシニアの社会参加支援事業も実施しています。



みんなで体操

- ▶問合せ 高齢福祉課高齢者支援担当 ☎5744-1252 FAX 5744-1522

施設名	所在地	電話番号
大森中老人いこいの家	大森中2-13-15	3763-0881
大森東老人いこいの家	大森東4-24-6	3765-1259
入新井老人いこいの家	大森北3-24-27	3764-3764
池上老人いこいの家	池上5-9-9	3751-6636
新井宿老人いこいの家	中央1-5-1	3776-0410
鶴の木老人いこいの家	鶴の木3-32-10	3758-7978
久が原老人いこいの家	久が原5-29-4	3754-1608
仲池上老人いこいの家	仲池上1-10-14	3755-6445
千束老人いこいの家	南千束3-24-11	3729-4655
東糎谷老人いこいの家	東糎谷1-19-21	3741-7970
東六郷老人いこいの家	東六郷2-4-21	3736-2367
仲六郷老人いこいの家	仲六郷3-12-5	3732-4480
東蒲田老人いこいの家	東蒲田2-32-15	3731-5373
本蒲田老人いこいの家	蒲田1-4-23	3736-3105
山王高齢者センター	山王1-31-8	3776-9419
シニアステーション東嶺町	東嶺町20-4	3753-3008
シニアステーション田園調布	田園調布2-58-5	3721-1572
シニアステーション田園調布西	田園調布4-44-9	3721-8066
シニアステーション羽田	羽田1-18-13	6423-7220
シニアステーション馬込	中馬込1-19-1-101	5709-8011
シニアステーション南馬込	南馬込3-13-12	6429-7651
シニアステーション糎谷	西糎谷4-29-16-202	6423-7033

## いきいき高齢者入浴証

高齢者の地域でのふれあい推進や閉じこもり防止、健康維持を目的とした、いきいき高齢者入浴証を発行しています。この入浴証は、ご本人負担1回200円で年間36回、区内36か所、品川区4か所の浴場で利用できます(令和2年12月現在)。令和3年度からは、年度内に1回利用できる無料券が追加されます。ぜひ、ご利用ください。なお、利用できる浴場は入浴証に同封する「公衆浴場一覧表」でご確認ください。

- ▶対象 区内に住民登録があり、現に居住している満70歳以上の方
- ▶申請方法 指定された窓口(地域包括支援センター、老人いこいの家、シニアステーションなど)へ来所または問合せ先へ申請書を郵送
- ▶問合せ 高齢福祉課高齢者支援担当 ☎5744-1252 FAX 5744-1522



## シルバーパス

東急バス・京急バスなど都内の路線バスと都営地下鉄で利用できる「シルバーパス」をバス会社で販売しています。

- ▶対象 満70歳以上の都民の方
- ▶金額 前年の合計所得金額によって、購入金額が異なります。詳しくは問合せ先へお問い合わせください。
- ▶有効期間 購入日から9月30日まで ▶購入場所 都内のバス営業所 ▶問合せ 東京バス協会 ☎5308-6950

