

「通いの場」とは？



——身近な居場所 ～地域をつなぐ住民主体の通いの場～

体操や趣味活動等、介護予防に資する活動を、住民主体で月1回以上行うのが「通いの場」です。新宿区では、さまざまな活動が行われています。

高齢者自身が運営しているグループも多く、高齢者だけでなく、障害を持った方、子育て中の方やお子さんなど、多世代が集う場もあります。その場にいる誰もが地域の一員として役割を持ち、「地域のつながり」や「支え合い」が生まれます。身近な場所で「通いの場」を探してみませんか？

「通いの場」検索のページでは、お住まいの地域や、活動場所、活動のメニューのほか、下記の「グループのカテゴリ」からお探しいただけます。

グループのカテゴリ

| | |
|-----------------------|--|
| 通所型住民主体サービス | …住民を中心とした団体が、会食や体操、レクリエーション等を提供しています。 |
| 介護者家族会 | …介護についての日頃の思いを語り合ったり、情報交換をしています。 |
| 認知症介護者家族会 | …認知症の方の介護についての日頃の思いを語り合ったり、情報交換をしています。 |
| 地域安心カフェ | …地域の高齢者や介護者が気軽に立ち寄り、茶菓等を楽しみながら交流・相談をしています。 |
| 高齢者等支援団体 | …高齢者等の支援を目的とする「地域支え合い活動」を行っています。 (区内在住・在勤・在学者が5名以上在籍) |
| 交流スペース等主催事業 | …地域の高齢者を対象に「いきがづくり支援・地域交流支援・介護予防」を行っています。 |
| 食事サービスグループ | …70歳以上(各団体により異なる)の一人暮らし高齢者等を対象に食事サービスを行っています。 |
| ふれあい・いきいきサロン | …外出機会の少ない高齢者、障害者、子育て中の方など地域に住む誰もが参加できる居場所を提供しています。 |
| 高齢者クラブ | …高齢者が元気でいきいきとした生活を送るため、教養の向上、健康の増進、レクリエーションなどの活動を行っています。 |
| いきいき体操ができる会 | …外出機会の少ない高齢者、障害者、子育て中の方など地域に住む誰もが参加できる居場所を提供しています。 |
| 「しんじゅく100トレ」に取り組むグループ | …無理なく取り組めて効果抜群の高齢者向け筋力トレーニング「しんじゅく100トレ」に取り組んでいます。 |
| 自主サークル | …共通の趣味活動などを行っています。 |
| その他 | |