



謹賀新年

2025年もよろしくお願ひします！！

高齢者相談支援センターでは、地域のみなさんが住み慣れた常呂で、健やかに安心して過ごせるよう、さまざまな活動・支援を行っています。今年もみなさまとともに、常呂を元気にしていきたいと思っております。本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

【なんでも相談窓口です】

介護や認知症の悩みだけでなく、生活の中のちょっとした困りごとなど、あらゆる相談を受け付けています

【介護予防を支援します】

今の健康や生活を維持していくために、各種サービスや地域の活動を紹介し、介護予防に取り組めるよう支援します

高齢者相談支援
センター常呂

は、こんなトコロです

【権利を守ります】

お金の管理が心配になってきた場合や、消費者トラブル、高齢者の虐待に関する事など、財産や権利を守るお手伝いをします

【暮らしやすい地域にするために】

地域のみなさんや関係する機関と共に、住みやすい町にするための取り組みを行います

2025問題

超高齢化社会の時代がやってきます

『2025年問題』という言葉は、一度はどこかで耳にしたことがあると思います。

日本の人口は2010年を境に減少を続けており、2025年には約800万人いる全ての「団塊の世代」(1947~1949年生まれ)が後期高齢者(75歳以上)となります。

その結果、大量の後期高齢者を支えるために、社会保障、特に医療・介護、年金などが限界に達し、社会全体の負担が大きくなると考えられています。

住み慣れた町でいつまでも元気で楽しく暮らしていくために

高齢者相談支援センター常呂では、これまでも高齢者の方を対象にした介護予防講座や介護者向けの講座などを実施してきました。

「まだ自分には関係ないかな」と思っている30~40歳代のみなさん、生活習慣病は、この年齢から気にしていかなければいけません。また、認知症は、物忘れが始まる20年ぐらい前から徐々に発症していきます。今のうちから自身の健康を気遣い、地域とのつながりを少しずつ持つことで、老後も安心してこの常呂町で暮らしていけるのではないのでしょうか。

また、60代・70代の方々も、今後も継続して体を動かして様々な活動に参加して、いつまでも健康でいることが、住み慣れた町でお互い支え合いながら暮らしていくことに繋がると思います。

私たちは、これからも、みなさんがこの常呂町で元気で暮らし続けることができるようお手伝いしていきます。



「みんなの広場」でのボッチャ体験会
多くの子ども達に参加していただきました。少しでも福祉に興味を持ってくれると嬉しいです。

裏面のチラシをご覧ください
だき、ぜひご参加ください

令和6年度 北見市地域支え合いサポーター養成講座

令和6年度 北見市ボランティア活動センター常呂 ボランティア講座

～あなたの力が地域の力になる！～

困った時にお互い様と

言える地域づくり研修会



10年後、20年後も私たちが安心して暮らしていくために、
地域のちょっとした助け合いを始めてみませんか？

<日時> 令和7年1月22日(水)

13:30～15:00

<場所> 常呂町公民館 講座室

<対象> どなたでも参加できます！

(既にボランティア活動を行っている方、興味がある方、
地域活動や支え合いなどに興味がある方はぜひ)

<定員> 30名程度

<参加費> 無料

**<申込> 電話、申込フォームいずれかで申込み
【締め切りは令和7年1月17日(金)】**



↓申し込みはこちら↓



内 容

<講話> 約90分

「困った時にお互い様と言える地域づくり」

講師: 橋本 泰典 氏 (特定非営利活動法人 全国コミュニティライフサポートセンター)

※研修会終了後、講師の橋本先生、北見市職員、社協・包括職員を交えての交流会を行いますので、時間に余裕がある方はぜひご参加ください。(約 60 分間)

◇申込み・問合せ先◇

北見市社会福祉協議会常呂支所 TEL0152-54-1200

高齢者相談支援センター常呂 TEL0152-63-2026

北見市介護福祉課地域支援係 TEL0157-25-1144

後日
Youtube
による
配信もあ
ります！



北見市介護福祉課
公式 YouTube チャンネル
(本講座は2月頃から
期間限定配信予定です)