

上井草だより

令和6年度 秋号
杉並区地域包括支援センター
ケア24上井草
発行責任者：若林研太

上井草結いの会 活動報告

結いの会とは？

井草地域で活動する様々なグループ（町内会、保育園、学校、自治会、商店街振興会など）が、互いを知り助け合えるような結びつきを作ること、この地域を笑顔溢れる街にすることを目標に、様々な活動しています。

毎年恒例 サツマイモづくり

上井草3丁目にある農場にて、親子で農業体験をしました！

5月下旬
苗植えからスタート！



親子で水やり



暑い中でも草取り



まもなく収穫！
出来上がりが
楽しみです



～家族介護教室のお知らせ～

区内に在住・在勤の方を対象に、家族介護教室を開催します！

介護者応援

～一人にさせない、みんなで支える家族介護～

将来、家族を介護する
時が来たら、どうすれば…

今は自分が介護
するしかないけど、
先が見えない…

そんな不安は、一人で抱え込まず、
誰かを頼ってみませんか？
家族を介護する人々をサポートする、
身近な人や場所を紹介します。

日時：令和6年11月19日（火）
午後2時～3時30分

会場：四宮区民集会所 第一集会室
（上井草 2-28-13）

※ケア24上井草ではありません。
ご注意ください。

講師：NPO 法人杉並介護者応援団
川崎 裕彰理事長

定員：15名

参加費：無料



お申し込みはケア24上井草
(03-3396-0024)へ
※先着順となります。



杉並区地域包括支援センターケア24上井草

〒167-0023 杉並区上井草3-33-10

TEL 03-3396-0024 / FAX 03-5311-1291

【窓口時間】

平日 9:00～19:00 土曜日 9:00～13:00

電話でのご相談は24時間受け付けています。

【担当圏域】

上井草1・2・3・4丁目 井草3・4・5丁目