

丸子地域包括支援センターだより

第25号：令和7年2月発行

地域住民の力で作るみんなの居場所

健康を維持していくためには、たくさん笑うことが大切です。みんなで笑いあう場を作るために、地域住民の方が力を出し合って作られている居場所もあります。今回はその居場所の一例をご紹介します。

丸子珈琲倶楽部 さざなみ

期日：毎月第一水曜日
10時00分～12時00分

場所：あったまるこ
(上丸子 950 番地・ファーストビル)



丸子珈琲倶楽部は、上田市社会福祉協議会が以前丸子地区で開催した「男性のためのボランティア講座」の参加者を中心に結成された団体です。講座ではプロの“バリスタ”から直接コーヒーの楽しみ方を学びました。

丸子珈琲倶楽部さざなみは、毎月第一水曜日にコーヒーを提供するほか定期的に楽器の演奏等のイベントも行われており、地域の交流の場として多くの皆さんが楽しんでいます。

倶楽部のメンバーは、「定年退職後出かける場所もなくなり、家に居るだけではつまらない。コーヒーを飲みに来てくれたみなさんがおいしいと言ってくれることが嬉しい。」と活動을続けていて最近では地域の高齢者施設にも出張し、利用者の方にもコーヒーを提供しています。皆さんもおいしいコーヒーを味わいに出かけてみてはいかがでしょうか。



・材料費は参加者の方のお気持ちで運営されています。

意外に知らない？介護の単語！

ホームヘルプサービスって何？

◆ホームヘルパー（訪問介護員）さんとは

→介護の資格を持っている人です。

◆訪問介護（訪問介護（相当）サービス）

（ホームヘルプサービス）とは

ホームヘルパーさんが自宅を訪問し、身体介護や生活援助を行うことで、利用する方の自立の支援をします。



☆身体介護とは

直接身体に触れる介助で主に食事介助、入浴介助、排泄介助（おむつ交換）などです。医療行為（血圧測定・傷の処置など）はできません。

（※注意：要介護度が要介護1～5の認定の方のみ）



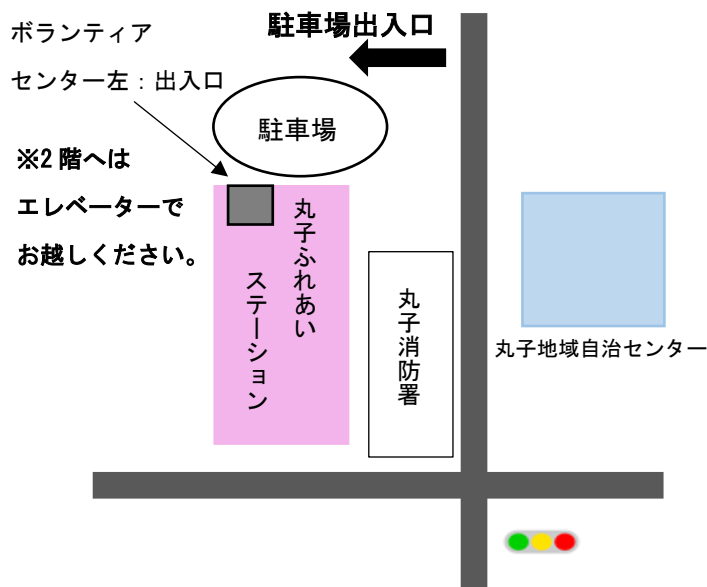
☆生活援助とは

本人が自宅で生活が続けられるよう、自分だけでは大変になった調理や買い物、掃除など支援します。本人に関わる家事のみで、大掃除・ペットの世話・草取りなどはできません。

（※注意：世帯状況により、利用に制限があります。）



※利用には手続きが必要です。個々の状況により利用のできるサービスも異なってきますので、まずは丸子地域包括支援センターにご相談ください。



上田市丸子地域包括支援センター

〒386-0404

上田市上丸子1600番地1

電話 42-0015

FAX 42-0034

時間 午前8時30分～午後5時15分

月曜日～金曜日（土日祝休み）

*訪問等で職員が不在の場合もあります。お問合せはまずはお電話で！

（緊急対応は24時間電話にて対応しています。）

上田市丸子地域包括支援センターは上田市から委託されて、社会福祉法人 上田市社会福祉協議会が運営しています。

