



職員紹介



こぼやし
小林 かすみ
(課長)
社会福祉士
介護支援専門員



ありぞの れい
有園 礼
(主任)
社会福祉士
主任介護支援専門員



おいしい まきこ
大石 真己子
社会福祉士
介護支援専門員



はなり みわ
羽成 美和
保健師



やながわ まさひろ
柳川 真広
社会福祉士



ふじた よしこ
藤田 淑子
看護師



担い手創造研修修了者の、田島 美樹 様に職員画像を作成していただきました！



お気軽にご相談ください♡



地域包括支援センター（高齢者支援総合センター）は、高齢者の介護や福祉、健康、生活に関する相談を無料で受け、一人ひとりに合った支援につなげる身近な相談窓口です。



こうめ高齢者支援総合センター(向島・押上地区)

墨田区向島 3-36-7 すみだ福祉保健センター1階
電話:03-3625-6541・FAX:03-5608-3730 月～土(9:00～18:00)

※年末年始・祝日を除く(※虐待等の通報は24時間受け付けています)



こうめセンターだより

こうめ高齢者支援総合センター



こうめ
第50号
(令和8年度)
年度ごと1回発行



こうめ圏域の目指すべき将来像
多世代の力を合わせて、
高齢者が生きがいを持って暮らすことができる地域

写真:ケアハウスこまち墨田館・千葉大学グリーンズ共同 レタス会にて

地域の情報を皆さまに届けます

地域のいろいろな情報を地域の皆さまに発信し、活用していただくことで、さまざまな交流や活動の場に参加しやすい環境を作ります。



一歩踏み出し、皆と交流を深めよう

外出を控えている方の理由では、「足腰の痛み」が最も多くなっています。皆さまが自宅から安心して外出できることを目指します。

地域ケアシステムの構築を目指して

地域の担い手創造



地域で生きがいを持って暮らすためには、さまざまな地域での活動が必要です。また、その活動の担い手も必要になります。現在も多くの方が活躍されていますが、さらに、多くの方が活躍できることを目指していきます。



中面に、令和7年度を取り組みをまとめています。ご覧ください。

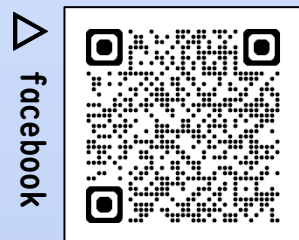
地域の情報を皆さまに届けます

○ LINE や「こうめみまもりだより」での情報発信

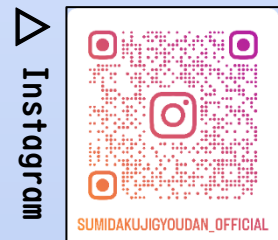
こうめでは、令和7年4月から毎週金曜日12時に、墨田区公式 LINE より「**こうめつながる LINE**」の配信を行っています。地域の活動紹介やこうめが企画する講座の情報発信をしています。

みまもり相談室が毎月発行する「**こうめみまもりだより**」はこうめ地域の医療機関、交番、飲食店、商店、不動産業者、マンションのほか、町会や民生委員など 210 箇所に配布しています。配布する際には、みなさまからお話を伺い、ゆるやかな見守りのつながりづくりを進めています。

また、墨田区社会福祉事業団 Facebook や Instagram での情報発信も行っておりますのでご覧ください。



Facebook



Instagram



Youtube

○ 学びの促進

こうめみんなの勉強会を 5 回開催しました。会場開催と共に Youtube 配信を行い、オンラインによる参加や繰り返し視聴いただいています。

上記 QR コードで視聴ページ(Youtube 再生リスト)へアクセスできますので、ぜひご覧ください。



みんなの「ウタ」コンサート

令和 7 年度 開催

第1回(5月)	みんなの「ウタ」コンサート
第2回(7月)	元気でいられるための、 私の心のケア
第3回 (9月)	フレイルってなに？ 今からはじめるフレイル予防
第4回 (11月)	みんなのオータムコンサート in こうめ
第5回 (1月)	手間は減らして笑顔は増やす！ らくらく便利グッズ講座



令和 7 年度 推進事業報告

地域の担い手創造

○ 食を通した通いの場の開設

高齢者の社会的孤立、孤独の解消を目指し、地域の人が集まり食事をする通いの場づくりを行いました。

新たな地域の担い手として、施設や飲食店等との連携を図り、すみだ福祉保健センターとケアハウスこまち墨田館を会場に「**こうめみんなの食事会**」を開催いたしました。



ケアハウスこまち

○ 地域の担い手づくり

「地域活動をちょこっと手伝いませんか?」と呼びかけ、「**地域の担い手創造研修**」を実施しました。

10名の参加があり、「**学ぶ**」→「**やってみる**」→「**つながる**」の3回行いました。修了後は、イベントや子ども食堂、保育園のお手伝い、集いの場の運営など地域で活躍しています。



修了証書授与



ほんわカフェのお手伝い



作品展のお手伝い

一歩踏み出し、皆と交流を深めよう

○ 体力測定会の開催

体力づくりを目的とした**体力測定会**をすみだ福祉保健センター、押上三丁目伸成町会会館、小梅一丁目町会会館で行いました。



5メートル歩行

片足立ち

○ みんなの作品展 in こうめ

外出のきっかけや作品を通した交流につなげることを目的に、**みんなの作品展** in こうめを開催しています。地域のみなさまが楽しみ、取り組んでいる趣味の作品を80点展示し、345名の方が来場されました。



習字、編み物、写真、折り紙など・・・力作ぞろい♪

展示作品は、Youtube にて紹介動画(1動画2分程、全10本)を観覧いただけます。

右記 QR コードで視聴ページ(Youtube 再生リスト)へアクセスできますので、ぜひご覧ください。

