

# 小平市介護予防見守りボランティア事業 について

## 介護予防見守りボランティア事業とは…？

高齢者の方が住み慣れた地域で安心して自立した生活を継続できるよう支援するとともに、見守りボランティアとして活動する高齢者の介護予防を推進する事業です。

## 見守りボランティアとは…？

お住まいの近くや日常生活の範囲内で、地域のさりげない見守りを行います。また、活動のために外出することで、ご自身の介護予防も目指します。現在は約500名が登録しています。(令和6年3月現在)



## 見守りボランティアになるためには…？

定期的に行っている登録研修を受講後、ご登録いただけます。登録研修では、見守りや介護予防に関すること等を学び、登録された方にご案内している交流会の内容について知ることができます。

登録研修の開催時期が近づきましたら、本会ホームページなどでお知らせします。

※登録対象者は、市内在住でおおむね65歳以上の方となります。



## 見守りボランティアになったら…？

★さりげない見守りをお願いします。

ご自身の負担のない範囲で見守り活動をしていただきます。気がかりな高齢者の方がいらっしゃいましたら、地域包括支援センターへご連絡をお願いします。地域包括支援センターが、その方に合った支援を行います。

★交流会にご参加ください。

地域包括支援センターでは、見守りボランティアの方への学習と親睦の機会として、定期的に交流会を開催しています。

交流会では、見守り活動や介護予防に関する講座、意見交換会、実際に地域を歩くまちあるき等を行っています。登録研修受講前の交流会の見学もお受付しています。

お気軽にご参加ください。

※交流会参加は強制ではございません。



**地域包括支援センター中央センターは、地域住民の皆さまと一緒に安心して  
住むことが出来る地域づくりを目指します！**

**見守りボランティアとして一緒に地域のために活躍してみませんか(?)？**