

＊ 健康寿命を延ばす ＊

あきる野市 シニアガイドブック

住み慣れた街でいつまでも生き活きと暮らしていけるための、
「社会参加の場の情報」、
「生活支援サービスの情報」
をご案内します



第3版

令和7年3月発行

あきる野市シニアガイドブックについて

この「あきる野市シニアガイドブック」は、シニア向けの「社会参加の場の情報」と「生活支援サービスの情報」を掲載しています。

「社会参加の場」とは・・・

仕事、ボランティア（有償・無償）、スポーツ団体、趣味サークル、サロン、地域の交流会など、「人と人とが関わり合う場」のことを言います。

「生活支援サービス」とは・・・

住み慣れた地域で、自立した生活が継続できるよう、「生活上の困りごとを解決するために利用できるサービス」のことを言います。

地域で自分の居場所を持ち、必要な支援を受けながらも、社会的な役割を持ち続けていくことが、健康的で充実した生活のために必要であると考えています。地域に生き生きとした人が増え、元気な高齢者がいっぱいいる街となることを願っています。

あきる野市シニアガイドブックの作成に当たり、掲載の各団体の皆さまには、ご協力をいただき、誠にありがとうございました。

内容に変更や追加などございましたら、下記連絡先までお知らせください。増刷時に、改訂させていただきます。

《ご注意》

団体の事情により、掲載内容に変更が生じている場合がございます。

ご利用時には直接ご確認くださいませよう、お願い申し上げます。

社会福祉法人 あきる野市社会福祉協議会

地域福祉推進課 市民活動推進係

生活支援コーディネーター

TEL 595-9033