

## ● セットルメント・グラント・プログラム (地域定着サービス)

このプログラムは移民のための広範囲にわたる各種サポートで、移民とその家族の要望に応じ、個別面接を通し、アドバイス、情報提供、関連機関への紹介等を実施しています。センターでは異なった背景を持つ各コミュニティのための特別講演、英会話クラス、就職活動サポート等を実施、地域のネットワークを利用したサポート体制を整えております。

お問い合わせ：セットルメント・グラント・  
コーディネーター (02) 9437 7515



## ● チャイニーズ・レスパイト・ディ・ケア

ローワーノースショアに住む中国語を話す方々のための「レスパイト・ディ・ケア」です。(高齢者や障害者を介護する家族の負担を軽くするためのディケア)  
月2回ミルソンスポイントにある教会にてエクセサイズ、クラフト教室、料理教室、各種講演などを実施しています。

お問い合わせ：コミュニティー・サポート・  
チーム・リーダー (02) 9437 7502



## ● ボランティア

高齢者の方々が生活の質を保ちつつ、自力で自宅で生活できるよう提供している当センターの各種サービスは、献身的なボランティアの協力なしには成り立ちません。

「誰かが幸せになるために、交流を持ったりするのが好きだけです。」

ケリー・ハモンド(ミールズ・オン・ウィールズ ボランティア)

「ボランティアを通して、与えるよりも与えられることが多いです。人に歴史あり、学ぶことが多く、色々な話を聞く楽しみがあります。」

ジェニー・スタイルズ(トランスポート/ショッピング ボランティア)

### ボランティア募集

1. ミールズ・オン・ウィールズ  
- 自分で調理をしたり買い物をするのが困難な方々への食事宅配。
2. トランスポート・サービス  
- 公共交通機関を利用するのが困難な方々を病院へ送迎するサービス。
3. ショッピング・サービス  
- 高齢者の方々の買い物をサポートするサービス。
4. ソーシャル・サポート  
- 各種アウトティング(遠足)およびセンターで実施されるアクティビティのサポート。
5. ホーム・ビジティング・スキーム  
- 独居老人が地域から孤立しないよう、クライアント宅を訪問し話し相手になるサービス。

ボランティアに興味をお持ちの方、例えば週2時間だとしてもお手伝い頂ける方、当センターのボランティア・コーディネーターまでご連絡下さい。(02) 9437 7505

### その他お問い合わせ

クロウズ・ネスト・センター

住所：Level 2, 2 Ernest Place, Crows Nest, 2065

電話：(02)9439 5122 Fax：(02)9439 8608

当センターはクロウズネストのウィロビーロードとアレクサンダーストリートの間に位置し、ホルターマンストリート駐車場(カウンスルパーキング)に隣接しています。

バス路線『143』『144』『250』『273』『E43』『290』  
セント・レナーズ駅より徒歩10分 (車椅子対応)



「クロウズ・ネスト・センター」は地域住民が気軽に利用できる多様なプログラムを提供する施設です。地域住民の快適な暮らしをサポートし、社会から孤立することのないよう、“クオリティ・オブ・ライフ(生活の質)”向上のお手伝いをしています。



## 「サービスとプログラム」

### ● コミュニティ・サポート

コミュニティ・サポート・チーム・リーダーが地域に住む高齢者、身体障害者、介護人、その家族達に、コミュニティで受けられるサービスについて情報の提供および関連機関の紹介をいたします。クライアント個々の情報に基づき必要なサポートを提供できるよう対応し、日々変わりつつあるクライアントの状況を把握するために、トレーニングを受けたスタッフがクライアント宅を訪問するなど、常にクライアントの方々に気を配っています。

お問い合わせ: コミュニティ・サポート・チーム・リーダー (02) 9437 7502

### ● ミールズ・オン・ウィールズ(食事宅配)

栄養士による栄養バランスの考慮されたお食事を月曜から金曜(週末分は冷凍されたお食事)、お宅まで配達いたします。メニューは季節ごとにより変わり、食物アレルギー、食事制限、文化的背景個々の状況に応じたメニューの選択が可能、利用者の方々の要望に沿えるよう各種メニューを用意しております。当センターのフード・サービス・マネージャーがお宅を訪問し、個々の状況に応じたサービスの提供を心がけています。また利用者の健康を維持し、病気を予防するため栄養に気を配っています。

お問い合わせ: フード・サービス・マネージャー (02) 9437 7507

### ● コミュニティ・レストラン

月曜～金曜の10:00am - 1:30pm、当センターの「パット・バートン・ダイニングルーム」で低価格にてランチを楽しむことができます。お友達と待ち合わせと一緒に食事を楽しんだり、ここで新しいお友達を見つけてみませんか? 栄養士によって考慮されたメニューを楽しみつつ、当センターで行われているアクティビティ(麻雀、ビンゴ、トランプ等)にもぜひ参加してみてください。(特別イベントがある場合は予約必須)。

### ● リネン・サービス

自宅で生活する高齢者、障害者、その家族のために、週1回または2週間に1回お宅を訪問し、ベッドのシーツおよびバスタオルを配達・交換するサービスです。シーツは専門業者によって洗濯され、当センターが管理、2名のボランティアがベッドメイクいたします。

お問い合わせ: リネン・コーディネーター (02) 9437 7514

### ● ショッピング・アシスタンス

買い物に行く手段がない、公共交通機関を利用するには不具合がある等、日々の買い物に不自由を感じていませんか? ショッピング・アシスタンスにはいくつか種類がございます。

#### ショッピング・バス

比較的体に自由の利く方はこのサービスをご利用下さい。ドア・ツー・ドアでお宅からスーパーマーケットまでお連れし、買い物終了後はお宅までお送りいたします。

#### アシスト付ショッピングバス

ドア・ツー・ドアでお宅からスーパーマーケットへ。スーパーマーケット内ではボランティアが買い物をお手伝い(棚から品物を取ったり、荷物を運んだり)いたします。買い物終了後にはお宅までお送りいたします。

#### ホームデリバリー

ショッピング・コーディネーターがあなたの買い物をお手伝いいたします。ご自宅から電話にて欲しい品物を注文、品物はお宅まで配達いたします。

問い合わせ: ショッピング・コーディネーター (02) 9437 7503



### ● インディビジュアル・トランスポート (送迎サービス)

高齢者、身体障害者、その家族達のためのサービスです。主に病院への通院等、通常の公共交通機関では不都合がある場合に、お宅から病院(ご希望の場所)まで送迎を低価格にて提供しております。このサービスを利用するには当センターの基準を満たす必要がございます。

お問い合わせ: トランスポート・コーディネーター (02) 9437 7503



### ● バス・ツアー

自宅で生活する高齢者が地域社会との繋がりを保ち、孤立しないよう、各種アウトティング(遠足)をご用意しております。

1. 毎月第4水曜日: 元気な高齢者の方々のためのバスツアー。
2. 毎月1回土曜日: 多少介助が必要な高齢者の方々のためのバスツアー。
3. 毎月1回水曜日: シネマグループ(映画館での映画鑑賞)。
4. 毎週金曜日: 当センターのダイニングルームでの昼食。ドア・ツー・ドアサービス。

お問い合わせ: アクティビティ・コーディネーター (02) 9437 7510

### ● アクティビティ

センターにて各種アクティビティ(下記参照)を実施しております。新メンバー歓迎。ぜひご参加下さい。

1. ダイバーショナルセラピー
2. コンピュータークラブ
3. フェルデンクライス(50歳以上対象)
4. ビンゴ
5. 太極拳(50歳以上対象)
6. ヨガ(50歳以上対象)
7. カナスタおよびカードゲーム各種
8. 麻雀

お問い合わせ: アクティビティ・コーディネーター (02) 9437 7510

### ● ソーシャル・サポート

「クロウズ・ネスト・センター」の「バスツアー」および「アクティビティ」は、フレンドリーでリラックスした雰囲気の中で人々と交流を持つことの出来るまたとない機会です。利用者の身体的能力や興味を考慮し、誰もが楽しめるよう計画実施されています。