

地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者のみなさんの身近な相談窓口です！

■問い合わせ先

地域包括支援センター

みなみかわち ☎(44)30002
 こくぶんじ ☎(43)1229
 いしばし ☎(51)0633

しもつけ元気はつらつ体操 & サロンが始まりました！

南河内公民館・国分寺公民館・石橋公民館と各地域包括支援センター共同開催の「しもつけ元気はつらつ体操&サロン」講座が9月から始まりました。

「しもつけ元気はつらつ体操」は、「いきいき百歳体操」として全国的に広がっている体操です。6種類の運動を行い、筋力アップとバランス能力を高めます。

3月まで、毎週1回各公民館で講座を開催していますので興味のある方は、見学もできますので、お住まいの地域包括支援センターへお問い合わせください。



*各公民館の開催曜日と時間
 ・南河内公民館
 毎週水曜日午後1時30分
 ～3時30分

・国分寺公民館

毎週水曜日午後1時30分
 ～3時30分

・石橋公民館

毎週月曜日午後1時30分
 ～3時30分

認知症サポーター養成講座 コーナー

認知症サポーターは、「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症に対して正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。

★市内の小中学校の先生32人が認知症サポーターになりました。市内16校の小中学校の先生向け認知症サポーター養成講座は、夏休み期間に開催し、今年で2年目となります。参加した先生からは「優しく

なれた気がする。子供たちに聞いてもらいたい。」認知症の人や家族の心情を知ることができた。」との意見をいただきました。

★国分寺小学校4年生95人が認知症サポーターになりました。今回の講座は、自由参観日に開催しました。親子で認知症について考えることができました。



認知症サポーター 4,000人目標達成記念 イベント開催

日時 10月16日(日)
 午後0時30分～4時

■会場

南河内公民館

■内容

記念講演とシンポジウム
申し込み・問い合わせ先
 各地域包括支援センター

認知症の方を介護している 介護者交流会

認知症の方を介護している家族の交流会と情報交換の場として、第10回介護者交流会を開催します。

日時 10月28日(金)

午前10時30分～午後2時

会場 生涯学習情報センター
 ミーティング室

■対象者

現在、認知症の方を介護している方(ご本人の参加も可能です。)

■内容

・小規模多機能施設についての勉強会
 ・情報交換

■参加費

昼食代 500円

■申し込み・問い合わせ先

基幹型地域包括支援センター ☎(44)1118

認知症サポーターステップ アップ講座

街中で困っている人を見かけたけれど、どんなふうにかをかければいいのか分からな
 い。そんな経験はありませんか？認知症サポーターとしてできることを一緒に考えてみませんか。

■日時

11月22日(火)

午前10時～正午

■会場

ゆうゆう館 会議室

■対象者

認知症サポーター養成講座を受講した方

■講師

自治医科大学看護学部老年看護研究室 准教授
 浜端 賢次 氏

■定員

50名(定員になり次第締め切り)

■申し込み・問い合わせ先

各地域包括支援センター