

ささえりあ桜木・秋津 通信

第3号

(発行:熊本市高齢者支援センターささえりあ桜木・秋津)

【秋津5町内サロン】が始まりました！

開催日時：毎月 第2火曜日



「ささえりあ」とは...

住み慣れた地域で安心して生活できるように、介護や福祉の他に、さまざまな悩みに対し「どこに相談すればよいか解からない」といった不安を解消するため、熊本市が設置した地域の総合相談窓口です。
いつでもお気軽にご相談ください。



熊本市高齢者支援センター
ささえりあ 桜木・秋津



秋津校区

〈介護予防教室〉

平成26年6月27日『はつらつ交流会館』で介護予防教室を開催しました。13名の方にご参加いただき、ヒューマンライフケアあきつの大友氏、熊本県看護協会の遠藤氏の協力で、貯筋運動や介護予防体操など笑いを交えながら、楽しく身体を動かしていただきました。



はつらつ交流会館では2ヶ月に1回の開催を予定しております。

- ・日時－偶数月の第1水曜日(予定)
- ・時間－13:30～15:30

桜木校区

〈あじさいの会〉

平成26年6月9日ひとり暮らしのふれあいの集い(あじさいの会)が開催され、42名とたくさんの方が参加されました。

歌や踊りの他、警察からの交通安全の話や交通安全協会からの横断歩道を渡る際の留意点などの話がありました。

みなさんでの食事会もあり、「大勢で食べるとおいしいね」などの声も多く、賑やかなひとときでした。



桜木東校区



〈だごじる会〉

平成26年6月2日だごじる会

（一人暮らしの方々の交流サロン）が開催され、20名の方が参加されました。

だご汁など手作りの食事とお抹茶を点てていただいた後、踊りや歌を楽しみ「みんなに久しぶりに会えて嬉しい」「元気をもらった」などたくさんの会話と笑い声が飛び交っていました。

若葉校区

〈老人会若葉会 健康講話〉

平成26年5月20日、若葉老人憩いの家にて“若葉会”の方向けに健康講話を開催しました。「いつまでも元気で過ごせるコツ」をテーマに、転倒や骨折予防・認知症予防についてお伝えし、「今後も認知症の講話をして欲しい」など様々なご意見をいただきました。



健軍商店街では引き続き、貯筋運動を実施しております。

- ・日時－毎週木曜日の14時から
- ・場所－よって館ね（健軍商店街内）

『貯筋運動を知りたい』『広めたい』『うちの地域でも開催したい』など介護予防に関心をお持ちの方はささえりあ桜木・秋津までご相談ください。



地域とのネットワーク

居宅・包括連絡会



平成26年度 第1回居宅・包括連絡会を開催いたしました。(5月22日)

高齢者の消費者被害が増加している事から、今回は消費者センターより事例を交えた話をさせていただきました。高齢者は詐欺などの被害にあった自覚がない方が多く、地域の見守りネットワークを充実させる必要がある事を、再確認しました。

介護サービス事業所連絡会

第1回会議を開催しました！

平成26年5月13日、介護サービス事業所連絡会の第1回会議をシルバーピアさくら樹にて開催し、秋津・桜木・桜木東・若葉校区の19事業所が参加しました。この会は「会員同士の関係作りをもととし、今後地域作りのためのネットワークを構築していく」を趣旨・目的としています。

第1回目は、業種グループに分かれて意見交換会を行いました。今後、私たちが地域で暮らす方のために何ができるのか、また認知症の方へどのようなサポートができるのか、少しずつではありますがネットワーク作りを構築していきたいと思っています。

介護サービス事業所連絡会

副会長： シルバーピアさくら樹 春田

熊本市高齢者支援センター
ささえりあ桜木・秋津

〒861-2106 熊本市東区東野1-5-1

ハタノビル1階

☎096-360-5550

