

# ささえいあ桜木・秋津 通信

第5号

(発行:熊本市高齢者支援センターささえいあ桜木・秋津)

## 新年のご挨拶

新年あけましておめでとうございます。

旧年中は皆様の温かいご支援を賜り、誠にありがとうございました。今年も地域の身近な相談窓口として、地域の介護事業所や医療機関の方々と共に「安心して暮らせるまちづくり」の為に、微力ながらお力になれるべく日々精進していく所存でございます。本年も宜しくお願い致します。

ささえいあ桜木・秋津 スタッフ一同

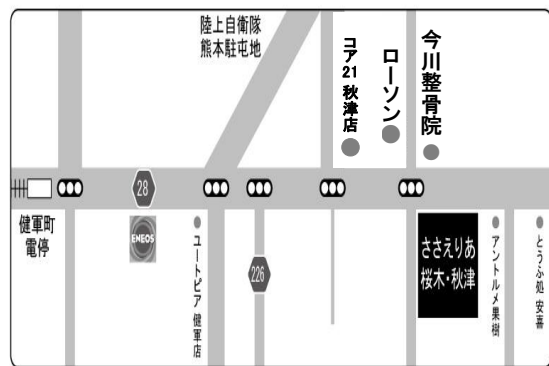
## 【秋津3町内サロン】が始まりました！



〒861-2106  
熊本市東区東野1-5-1  
ハタノビル1階  
☎096-360-5550



看板を  
追加しました！



## 秋津校区

### 【介護予防教室】

平成26年12月9日『秋津公民館』にて、開催しました。

120名とたくさんの方が参加され、多くの介護事業所協力のもと、健康測定（骨ウェーブ、血管年齢、足指力、活力年齢）を行いました。参加者より「健康を振り返る良い機会となりました。また実施して欲しい。」などの声が多く聞かれ、地域住民の方の健康意識の高さを感じました。



血管年齢  
測定の様子

## 桜木校区



### 祝 敬老の つどい

平成26年10月19日桜木小学校体育館で敬老のつどいが催され、式典や地域の皆様による演舞等で、長寿をお祝いされていました。介護事業所と一緒に総勢30名でソーラン節を披露し、「元気をもらった」などお喜びの声をいただきました。

### ふれあい 文化祭



平成26年11月2日丹精込めて育てた菊の花やサロンで作成した作品の展示、バザー等があり、多くの方が楽しめました。介護事業所協力のもと骨密度測定を行い、健康を意識して頂くきっかけとなりました。

## 続けよう！貯筋運動

昨年11月の健軍商店街フェスティバルから貯筋運動が始まり、1年が経過しました。貯筋運動とは、鹿屋体育大学の川西教授が考えられた、イスを使用して行う簡単な5種類の運動で、継続して行う事で転倒や介護予防につながります。しかも、貯筋通帳に筋額を貯めると、筋額に応じて健軍商店街の協力店で使えるクーポン券と交換できます。

体にもお財布にもやさしい運動を、あなたも始めてみませんか？

「貯筋運動教室」：毎週木曜日14時～

よって館ね(サンリブ向かい)にて開催中。





**祝**

平成26年10月19日、＜15周年記念 敬老の集い＞が開催されました。本年度は、地域住民の方の演舞に加え熊本城おもてなし武将隊が初参上され、とても盛り上がった集いとなりました。また、介護事業所と協力し総勢30名でソーラン節を披露し、「迫力があって良かった」など、お喜びの声をいただきました。



平成26年12月23日＜餅つき交流会＞が行われ、幅広い世代の地域住民や介護事業所など、たくさんの方が参加されていました。



年末行事を通じて住民一体となり、活気にあふれていました。

## デイサービスセンター 福まる道場 感謝祭

お蔭様で福まる道場は昨年11月に沢山の方々のお力添えで2歳の誕生日を迎える事が出来ました。今後も『生涯現役』を基本理念として利用者様と共に歩んで参ります。



どうぞ宜しくお願い致します。  
福まる道場 管理者 山村



平成26年11月1日『防災訓練』が行われました。

若葉小学校体育館内で避難所運営や初めての避難生活体験をされた後、胸部圧迫法学習、担架作成と搬送法を皆さんで実践されました。

万が一の災害に備え防災の必要性を考える良い機会となりました。



## 今後の予定

- 平成27年2月13日  
介護予防教室  
(貯筋運動、健康講話など)
- 平成27年2月27日  
桜木・桜木東合同  
家族介護者教室  
(認知症の方への対応方法)
- 平成27年3月13日  
介護予防教室  
(貯筋運動、健康講話など)

※ 場所や時間などささえりあ桜木・秋津にお問い合わせください。

## 介護サービス事業所連絡会

平成26年11月18日、今年度第2回目となる「東5地域介護サービス連絡会研修会」を開催しました。  
 今回は桜木にお住まいで、様々な講演会でも活躍されている「田形社会福祉事務所の田形隆尚先生」を講師にお招きし、リスクマネジメントについて勉強させていただきました。  
 事業所として、どのような危機管理意識を持つべきかをしっかり学び、またそれぞれの事業所からの質問にもしっかりご回答いただき、実のある研修となりました。



介護サービス事業所連絡会 シルバーピアさくら樹 春田

## 居宅介護支援事業所 紹介

### ハーモニー

♪♪♪居宅介護支援事業所 ハーモニー♪♪♪  
 下江津湖に注ぐ木山川と秋津川に挟まれた秋津町秋田に位置し、特別養護老人ホームハーモニーに併設しています。  
 東区のお客様のみなならず、北区・中央区と多くの方にケアプランの作成や介護相談を展開しております。  
 気軽に相談しやすいケアマネージャーであることを心掛けて日々頑張っております。どうぞ、よろしくお願ひ致します。  
 熊本市東区秋津町秋田171番地3 096-360-5050



### 愛の家

家庭的な雰囲気作りを大切にするグループホーム。  
 ここが自分の居場所となるような『愛の家』をご入居者とスタッフが一緒に作っていきます。認知症ケア専門のスタッフによる生活を支えるケアで24時間サポート致します。  
 グループホーム事業を主体に現在223のグループホームを全国で運営しております。スケールメリットを活かし、様々なお困りのケースに対しても柔軟に対応致します。まずはお気軽にお電話下さい。

- 所在地 熊本県熊本市東区花立6-16-140
- 交通 (介護予防)認知症対応型共同生活介護
- サービス形態 18名(完全個室)
- 利用定員 TEL096-214-7770 FAX096-214-7715
- 連絡先
- 案内図

