

シクラメンだより



発行者
中津川市シクラメン地域包括支援センター
中津川市高齢支援課

お知らせ

(1) 4月～6月の

介護予防教室のお知らせ



支援センターでは、「介護予防教室」を行っています。高齢者の皆様が、いつまでも住み慣れた地域でいきいきと過ごしていく為に、健康増進、介護予防等を目的としています。自身の為に気軽に参加してみませんか？

4～6月の

「じいばあくらぶ」料理と体操

- 日時：4月7日（土）午前10時
内容：「手打ちそば&そば返し」、体操
- 日時：5月5日（土）午前10時
内容：「オムライス&南瓜の煮物」、体操
- 日時：6月2日（土）午前10時
内容：「味噌カツ&なめこおろし」、体操
- 会場：中の島ふれあいホール
- 講師：鷹見克彦さん



【じいばあくらぶ】

楽しく行い、達成感を味わう事を目的にやっています。

4月、6月の

「曙いきいき会」(飯沼地区)

- 日時：4月10日（火）午後1時半
会場：神明神社社務所
内容：未定
- 日時：6月
会場：神明神社社務所
内容：未定

【曙いきいき会】
2月の体力測定の様子。生活・介護支援サポーターの皆様にご協力いただきました



(2)「いきいき運動教室」

の紹介

地域では月に一回、運動教室が行われています。内容は、自宅で継続し取り組める様な柔軟性を高めるストレッチや筋力をつける為の運動です。椅子に座って行います。お気軽にお問い合わせ、参加下さい。

- 開催：毎月概ね第3火曜日
午後1時半
会場：地域振興センター
参加費：無料

今後、あぎ生活・介護支援サポーターの皆様のご協力を得ていきます。



阿木地域包括支援ネットワーク 会議(ごちやまぜ会議)成果報告

高齢者の方ができる限り長く阿木の地域で生活が続けられる事を目指し、地域の福祉力を高める事、地域のニーズ(需要)や課題に触れる機会を持つ事等を目的に、地域で取り組みを始めています。

2月の会議では約30名が参加し、平成29年度の成果の確認をした後、次に挙げた課題に対する地域の目標や活動内容などについて具体的に話し合いを行いました。

- ◎高齢者の皆様の居場所について
- ◎地域で進める健康づくりについて
- ◎生活の中のちょっとした困りごとの解決について

今年度、地域での活動に移して
いけたらと考えています。

「中津川市更生保護女性会阿木支部」の皆様が構成団体に新たに加わり、さらにパワーアップしました。



中津川市シクラメン

地域包括支援センター

中津川市では高齢者の皆様が住み慣れた地域で安心して生活が続けられる為に、医療・介護・予防・住まい・生活支援などについて、地域や関係機関と連携して支援できる「地域包括ケア」の体制づくりに取り組んでいます。

中津川市シクラメン地域包括支援センターは、福祉・介護や保健、医療などに関する高齢者の皆様の総合相談窓口です。どうぞ、お気軽に声を掛けて下さい。

- 高齢者の皆様の生活全般や認知症の相談に応じ支援します
- 高齢者虐待の防止や消費者被害の早期発見と防止にあたります
- ケアマネジャーとの連携、医療・介護の連携をはじめ、様々な関係機関と協力しネットワークをつくります。
- 要介護状態になる事を予防する介護予防教室等を開催します

【住所】 中津川市阿木2811-1
 【電話】 63-3202
 【担当】 志水

ホームページ
があります

【編集後記】

いよいよ平成30年度がスタートしました。
私たち地域包括支援センターは介護保険制度に位置付けられて業務を行っていきます。

その介護保険制度や医療保険制度が平成30年度に改正されます。そして中津川市では第7期(平成30年度〜平成32年度)の高齢者保健福祉計画・介護保険事業計画が策定されます。介護保険制度を利用している方はもちろん、地域のその他の皆様も関心をもって確認してみるのも良いかと思っています。

中津川市シクラメン地域包括支援センターは地域包括支援センターの業務を始め1年が経ちました。今年度は新たな取り組みを計画しています。

今後も地域の皆様、関係機関の皆様と連携をさらに密にし、この地域にあった取り組みを行っていききたいと思っています。

宜しくお願い致します。

志水

