

こんにちは
認知症地域支援
推進員です



認知症予防事業

【アタマとカラダの健康教室】

全8回の教室です。65歳以上の方対象
体力・認知機能測定をし、同時に2つの事
をする「コグニサイズ」を行います。

初回7月9日(火) 10:00~11:30

申込: 中通包括 018-827-3323

参加者
募集中です!!

認知症カフェ 桜サロン

認知症と診断されたかた、そのご家族
認知症に関心のあるかた
どなたでも気軽にご参加ください。

参加申し込み: 不要

日時: 6/12 7/17 8/21 ...

10時~11時半

場所: クロッセ秋田2階(中通2丁目5-1)

内容: お茶を飲みながら専門職による
体操と相談



認知症は誰にでも起こる可能性がある**脳の病気**です。
認知症予防について「社会的な交流の場が増えた」
ことで認知症発症が減少した!!との研究結果も最近
発表されました。(ハーバード大学)

認知症を発症しても大事なのはその後の生活です。
一緒に活動を楽しんでみませんか。

編集後記

植えてから4年...やっと我が
家のモッコウバラが咲きました。
黄色い小さな花に癒されています。

編集: 認知症地域支援推進員
吉成真球緒(たまお)

さちのたより

社会福祉法人 桜丘会
中通地域包括支援センター幸ザ・サロン

営業日 月~金曜日 8:30~17:30
TEL 827-3323
FAX 827-3324
E-mail 13h25-nhskt@oukyukai-akita.jp

こんにちは、中通地域包括支援センター幸ザ・サロンです。

昨年は経験したことない大雨や猛暑、暖冬など自然の猛威、異常気象を感じる場面が多い一年でした。特に大雨や猛暑では大変な思いをされた方が多いと思いますが、いかがお過ごしでしょうか。6月4日から10日は、歯と口の健康週間でした。口の健康はからだ全体の健康に大きく関係しているといわれています。口腔の機能が衰える「オーラルフレイル」の予防は、心身の健康の第一歩です。口の健康を維持して心身ともにすこやかに、毎日おいしく食べられる歯とお口を目指しましょう。

介護のこと、医療のこと、福祉のこと、お悩み・心配事がございましたらお気軽にご相談ください。

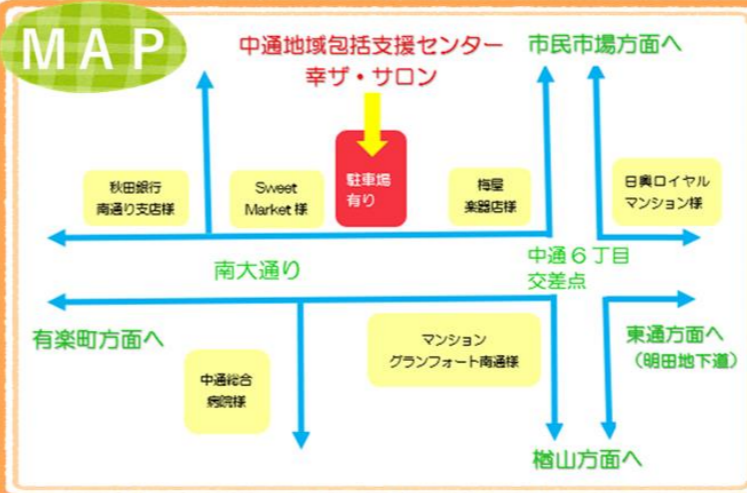
職員紹介



保健師、社会福祉士、主任介護支援専門員、生活支援コーディネーター、認知症地域支援推進員が連携し業務を行っています。中通地域包括支援センターでは中通・南通・檜山にお住いの65歳以上の方の介護・医療・福祉等に関するご相談、お悩みに対応します。電話、来所での相談のほか、訪問での相談も対応します。

~管理者より~

様々なニュースが飛び交っている昨今です。私たちの生活は、これからどうなっていくのだろうと考えさせられる話題も多くありますね。人口減少も悩みの種ですが、ここで暮らす皆さんが笑顔で生き生きとすることが地域の元気になると思っています。活動の際は、熊との遭遇にご注意ください。



ピンク色の看板が目印です

～活動紹介～

はつらつくらぶ が始まりました

令和6年度のはつらつくらぶが6月4日から始まりました。今年度は全員初めて参加される方で最初こそ緊張されていましたが、徐々に緊張も解け笑顔がみられました。全10回、講師の先生をお呼びして、体力測定やヨガ、体操、歌などの活動を予定しています。



出前講座 行います

町内や地域の集まり、サロンなどへお伺いし、介護、医療、福祉の事についてお話しいたします。介護保険、介護予防、認知症、フレイル予防、消費者被害、成年後見制度、健康や栄養に関すること等々…講話の内容や日程等、ぜひご相談ください。



地域の活動紹介コーナー

わんにゃんパトロールについてご存知でしょうか。わんにゃんパトロールとは、日々の散歩の際に行っていただく地域の見守りボランティア活動です。今回は、4月に新しく隊員になった4匹のわんちゃん隊員をご紹介します！わんちゃん、猫ちゃんを飼っている方、犬猫以外でもペットを飼われている方、日々の散歩の際、わんにゃんパトロールに参加してみませんか？

はりー (6か月)
ミニチュアシュナウザー

ぶりん (11歳)
トイプードル

まるん (9歳)
トイプードル

るーしー (8歳)
トイプードル



よろしくお願ひします

隊員募集中！！

詳しくは中通包括までお問い合わせください



中通・築山かがやき便り

中通・築山かがやき協議会通信

～秋田市高齢者生活支援体制整備事業～

2024年度
Vol.01

ごあいさつ

雪の少ない冬を超えて、暑い季節が目前に迫ってきましたね。皆様、体調などは崩されていませんか？今年の夏は、どうか穏やかに過ごせますように…と願うばかりです。地域同士でのつながりが薄れつつある昨今、近所の方との関わりや地域のあり方が見直されてきています。どんな人も、いずれ身の回りのことにお手伝いが必要になる時期が来ます。そういったときに、気軽に助け合える関係性を持ったあたたかい自分、あたたかい地域でありたいものです。

今回のサロン紹介



☆サムライ倶楽部☆

・男性限定のサロンです
活動日：毎月第2・4金曜日
午前10時～11時半
場所：中通包括 費用：無料
(イベント時は、場所を移動したり費用負担があるときもあります)

開始してから2年が経過しました！みんなで話し合いながら少しずつ活動の幅を広げています。男性の方、同性だけで気兼ねなく楽しみませんか？やってみたいことがあれば、サムライ倶楽部と一緒にやりましょう！お問い合わせは中通包括まで。

協議会・活動報告

5月21日、第1回目の中通・築山かがやき協議会が行われました。この会議は、地域の支え合いについて話し合う会議です。今回は、地域にどんな支援が必要なのかや、それを把握する方法について話し合いました。メンバーも新しくなり、心機一転、委員一同頑張っています！どうぞよろしくお願ひいたします。



発行：社会福祉法人 桜丘会
編集：生活支援コーディネーター
(地域支え合い推進員) 畠山 飛鳥
連絡先：中通地域包括支援センター 幸ザ・サロン
TEL 018-827-3323