

ふらわー通信

創刊号

発行元

フラワー地域包括支援センター
三田市富士が丘 5-17-3
Tel 553-3600 fax 553-3601



「いきいき百歳体操」
始まりました

この体操は、高知市が開発した高齢者向けの運動で、毎週 1 回続けることで、柔軟性や筋力・バランスが良くなると注目されています。
フラワータウンでは、

毎週月曜日 10:00~11:00

ゼフィール三田 1 階 地域交流スペース

で、DVDを見ながらみんなで楽しく体を動かしています。

体がほぐれた後は、おしゃべりタイム・ティサービスの見学・福祉用具の体験などそれぞれの自由時間です。

参加自由・無料です。ご参加お待ちしております。

こころとからだの元気ハツラツ塾

参加者募集！！

場所：フラワー市民センター
10月～11月(週1回×6週)で予定しています。
詳しい日程や内容につきましては、後日お知らせいたします。

こんにちは☺

フラワー地域包括支援センターです。

今年度より、介護予防や地域との取り組みをテーマに、フラワータウンの出来事を掲載する情報誌「ふらわー通信」を発行することになりました。

よろしくお願いいたします。

ところで「フラワー地域包括支援センター」ってどんなところかご存知ですか？

フラワータウンにお住いの高齢者やそのご家族を対象にした、総合相談窓口です。福祉サービスや介護・健康の相談だけでなく、地域で健康づくりのお話をすることもあります。

どうぞお気軽にご相談ください。



❖ H26年度はこんな取り組みをしました。

「認知症サポーター養成講座」

～富士小学校にて～

5年生 62名が受講。認知症の理解を深めるボランティアのキャラバンメイト4名が、小学生にもわかりやすいように、かぶり物や手作りの人型を使って説明しました。

認知症高齢者に対応する劇では、児童も実際に参加してくれました。そこで児童たちが言ったことは、「優しく声をかける」「困っていたら一緒に解決してあげる」など、高齢者に寄り添う言葉でした。

「認知症サポーター」は三田市内で5,000人を超えました。地域で支える取り組みが少しずつ広がっています。



民生委員と
ケアマネジャー
との意見交換会



介護予防教室
「元気ハツラツ塾」
のみなさん



講演会「老後の住まい」
三田温泉シルバーステイ
施設長 伊藤芳久氏
介護サービスを受けながら
自宅で生活・サービスつき高齢
者住宅や特別養護老人ホーム・
老人保健施設など、個人に合っ
た暮らし方はいろいろ選ぶこ
とができます。
悩まずに支援セ
ンターに相談し
てみてください。



編集後記

フラワー地域包括支援センターをもっと皆さんに知っていただくために、このたび「ふらわー通信」を発行することとなりました。地域の皆さまとともに、フラワータウン地区の高齢者の課題に取り組んでいきたいと思っております。

どうぞよろしく願いいたします。

フラワー地域包括支援センター センター長 吉田都喜子

