

はちみつ便り



〒123-0845 足立区西新井本町2-23-1 Tel.03-3856-6511

もしかして認知症なのかしら？
心配だし、どこかに相談した方が
いいと思うけど、どこに相談すれ
ばいいのかしら？

近所に住む A さん。
最近ごみ出しを間違える
ようになったわ。なんだか
元気もないみたい。
1人暮らしだし、閉じ
こもり気味だけど大丈夫
かしら？



見守り訪問実施中!

物忘れが気になる方、周囲に
認知症が心配な方が居たら、
ホウカツへご相談ください。

地域包括支援センター西新井本町

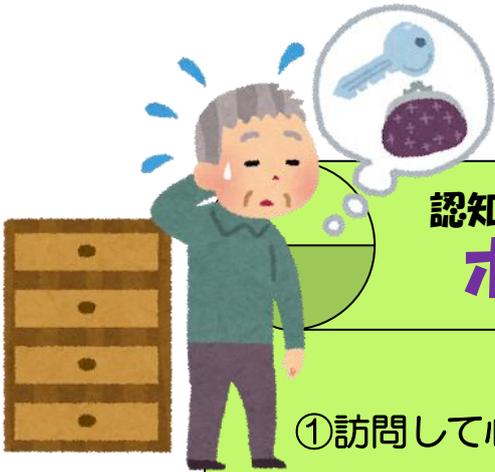
03-3856-6511

65 からの
健康・介護
相談窓口

ホウカツ

地域包括支援センター





認知症に対して

ホウカツで出来るこんなこと

①訪問して心身の健康状態や生活状況を確認します。

☆医療受診や介護サービスの導入の必要性を判断し、支援します。

②もの忘れ相談を年4回実施しています。

☆もの忘れが気になるけど病院に行くべきか悩んでいる等、専門的な医療機関にかかる前の入り口の相談として活用できます。もの忘れ相談医が対応します。



③認知症サポーター養成講座を適宜開催しています。

☆地域の見守りの目を増やすことで認知症の人と共に暮らせる社会となるよう、講座を開催しています。要望に応じて出前講座も実施しています。



④認知症予防をテーマにした教室を開催しています。

☆認知症の気づきのポイントや脳トレ等、認知症予防を目的とした教室を適宜開催しています。

⑤認知症サポート医と訪問します。

☆認知症の有無の診断をサポート医にて行い、かかりつけ医のいない方などを必要な医療・介護へつなげます。

その他、認知症の方やそのご家族の居場所として、オレンジカフェ『はちみつ』を月1回実施中です。開催日時など詳しくは4面でご確認ください。



認知症 supporter

caravan

介護予防教室



太極拳



7月から9月にかけて、
3回シリーズで実施
しました。

太極拳は

- ①呼吸に合わせてゆっくりと柔らかく円形に動く。
- ②途切れることなく、同じ速さで動き続ける。
- ③左右の動作が均等で、衝撃が極めて少ない全身運動である。
- ④いつでも、どこでもだれでもできる。

という特徴があります。

これらの特徴から、脚筋力の向上・バランス能力の向上・全身持久力の向上のほか、リラクゼーションの効果も期待できます。参加者の皆様は、初めて行う動作に難しさを感じつつも、楽しんで太極拳を行うことを第一にし、笑顔が溢れる教室になりました。

今後も様々な介護予防教室を開催していきます。あだち広報やはちみつ便りでご案内しますので、ご興味のある教室がございましたら、ぜひご参加ください。



絆のあんしん連絡会を開催しました

8月7日(火)絆のあんしん連絡会を開催しました。

今回は、男性の居場所づくり実行委員の委員長、小出氏より企画の説明をさせていただき、意見交換をしました。

来る10月13日(土)「男の井戸端会議」と題し、ランチ会を企画しています。町会等の回覧板や掲示板などで周知を行い、必要な方にお誘いをさせていただきます。第1回に向けて準備を進めています。

意見交換では「開催場所によって、参加のしやすさや参加しづらさがあると思う。地域の中にこのような居場所が何ヶ所かできていくことを目指していかなくはないのと思う。」という意見も聞かれました。

足立区全体の課題でもある「男性の孤立防止、社会参加の実現」に向けて、当エリアでも皆様の協力もいただきながら、課題解決に向けた取り組みを進めていきます。



平成30年10月13日(土)
12:00~13:00

男の井戸端会議

場所: 西新井本町住宅自治会集会所
(足立区西新井本町2-30-18-2-1階)



#男性の居場所
#ランチ
#ゲーム
#おしゃべり
#ワゴン

たまには気分を変えて、
みんなで楽しく食事を
しませんか?
お気軽にご参加ください

お弁当代金: 500円
事前のお申込みが
必要です。



主催: 小出・秋本・林
協力: ふれあいサロンKカフェ
寿庵

お問い合わせ: お申込み;
地域包括支援センター
西新井本町

03-3856-6511

10月～12月 教室等の開催案内



お問い合わせ・お申し込みは、
地域包括支援センター
西新井本町
3856-6511

オレンジカフェはちみつ

14:30～16:00

- 10月22日(月)
- 11月26日(月)
- 12月17日(月)

*介護予防教室

「おいしく学ぶ、栄養学」*

14:00～15:00

- 10月25日(水)

もの忘れ相談

15:00～17:00

- 12月10日(月)

※お1人につき30分程度
相談医；井上クリニック 早川先生

*介護予防教室

「輪おどり体操」*

14:00～15:00

- 10月10日(水)
- 11月14日(水)
- 12月12日(水)

男の井戸端会議

12:00～13:00

- 10月13日(土)
- 11月10日(土)
- 12月8日(土)

らくらく教室

14:30～16:30

- 10月12日(金)
- 10月26日(金)
- 11月9日(金)
- 11月16日(金)
- 12月7日(金)
- 12月14日(金)

9月より入職しました石橋です。
1日でも早く地域の皆様のお役に立てる
よう頑張っていきたいと思ひます。
よろしくお願ひ致します。

