

# 福島市中央東地域包括支援センター つなぐ通信

# 回覧

第15号 令和5年11月発行



皆様こんにちは。管理者の佐藤です。白く雪化粧をした山々が、美しく映える季節となりました。

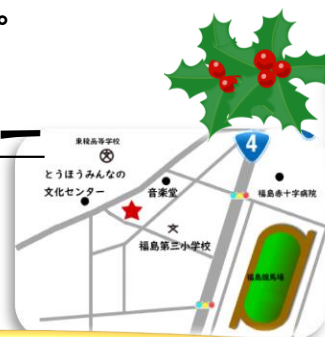
寒さが日毎に増して参ります。年末年始のご準備にお忙しい時期かとは存じますが、体調を崩されませぬようご自愛ください。

## 地域を支える相談窓口 福島市中央東地域包括支援センター

住所 福島市春日町14-14

窓口相談：月曜日～金曜日(8:30～17:30)

TEL: 525-7888



## 第三方部地域ケア圏域会議開催



令和5年10月31日に第三方部の地域の支援者や関係機関が集まり、地域の課題について意見交換を行いました。

保証人  
不在



緊急時の  
対応が困難

近所付き合いが大切。

若いうちから人との繋がりを  
持っておくのは大事だね。

身元引受人  
不在





# 人生会議してみませんか？

意思を伝えることができなくなる日が、いつ訪れるのか予測することはできません。ですから、健康なうちに人生をどう過ごしていきたいのかを考えることは、何歳から始めても早すぎるといえることはありません。ノートに記したり、家族や友人と共有したりしておきましょう。

人生ノートの書き方についてグループで学んでみませんか？  
ご希望があれば、地域包括支援センターにご連絡ください。



## ももりん体操を通じた防災研修

堀河町は、防災と清掃の街を目指しています。

防災は地域で支え合うことが大切です。  
ももりん体操の活動を通して、日頃からの健康づくりと仲間づくり・・・  
そして、皆がゆるく繋がっていることで、  
いざという時に効果を発揮します。



塚田町会長



NPO法人チームふくしま  
半田先生



堀河町会主催の防災研修に参加させていただきました。  
防災の知恵について参加者の皆様から活発な意見が出ました。  
地域の方一人一人の防災に対する意識の高さを感じました。



## お喜楽サロン

スカットボール

ボッチャ

働く婦人の家で、毎月第2木曜日の午後1時半から3時まで活動しております。ご興味のある方、いつでも大歓迎です。

