

# つなぐ通信

回覧

福島市中央東地域包括支援センターだより

第19号 令和6年8月発行

第三地区の皆様こんにちは。管理者の佐藤です。

眩しい太陽が照り付ける時期となりましたが、いかがお過ごしですか？

私の近所では元気に遊ぶ子供達の声が聞こえ、朝の涼しいうちに散歩する人の姿も見られます。ある日、すれ違いざまに子供達から「おはようございます！」と気持ちよく挨拶してくれたことがとても微笑ましく感じ、その日は私もいつもより丁寧な挨拶を心がけ仕事にも力が入りました。子供達の笑顔は私達を元気にしますね！

猛暑はまだまだ続きます。美味しいものを食べて、睡眠をしっかり取って暑さに負けない体力づくりをしましょう。



## 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



★ご相談は無料です。

★介護保険の申請代行も行っています。

地域包括支援センターは、第三地区の住民の皆様の総合相談窓口です。困りごとや通信に掲載している事柄などで興味があったことなど、相談がございましたら地域包括支援センターまでお問い合わせください。

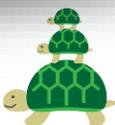
春日町鶴亀会の皆さ～ん！  
張り切っていきましょう！！



Youtubeの動画を  
を拝借して皆で  
BBBBダンス！！



いきいきももりん体操の後に  
ムニツボールでコグニサイズ



# 皆の力で認知症予防

いがらべ親交会福祉部

～気づく・見守る～

認知症456(すごろく)は、駒を進めると認知症が進行していくゲームです。ですから、皆さん駒が戻ると喜んで、進んでしまうと落胆するなどしながら、認知症がどのように進んでいくのかを疑似体験しました。



元気はつらつ！  
お喜楽サロン！！

大きな風船では、「夏といえば・・・」「野菜といえば・・・」と、考えながら風船を落ちないようにつないでいきます。風船が真ん中に落ちそうになるので、思わず足が前に出てしまいます。皆さん、動きが機敏でしたね。



## 高齢者虐待対応研修会開催



地域の関係機関が集まって高齢者虐待防止法について学びました。

事例を通して参加者一人一人が自ら気づき考え、その考えを言葉にして皆と話し合う。このプロセスが、地域の困りごとを我がこととして捉える機会となります。こういう機会を今後も積み重ねて元気で優しい地域、そして見守りがあり安心して暮らせる地域になるよう、包括も支援してまいります。

