

つなぐ通信



こんにちは。管理者の佐藤です。
春の訪れとともに、新年度が始まりました。皆様いかがお過ごしでしょうか？
桜が咲き誇り、街が華やぐこの季節は、新しい出会いや挑戦の機会に満ちています。私たちの地域においても、新たなつながりを築き、支えあう取り組みをさらに深めていきたいと考えております。
新年度もどうぞよろしくお願いいたします。

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



お喜楽サロン

訪問マッサージの専門家が来て、みんなで一緒にストレッチや運動をしました。

次に、マッサージ師が一人ひとりに施術をしながら、セルフマッサージの方法を教えてくださいました。

参加者からは「スキップして帰るようだ！」と大好評でした。



ゴムニックボールでのびのび～



お手玉落とさないで～



認知症高齢者を地域で支えましょう！！

今回は、重度の認知症高齢者を抱える介護者家族の支援について話し合いました。

認知症の進行による徘徊や見当識障害が、地域でのトラブルとなることがあります。

私たちの地域には、多くの高齢者が生活しており、その中には認知症を患っている方もいらっしゃいます。認知症は、記憶力や判断力に影響を与えるため、時にはごみ出しのタイミングを間違えてしまうことがあります。

私たち誰もが、いつか認知症になるかもしれません。そのときに、私たちを温かく見守り、支えてくれる街があれば、どれほど素晴らしいことでしょう。だからこそ、一人一人が認知症を理解することが大切なのです。

つむぎ会





笑うって
すばらしい！！

やったー！やったー！イエート！！

東浜町浜友会

十マスデ〜

笑いヨガは科学的な裏付けがあり、すぐに効果を実感できる手軽な方法として注目されています。

偽の笑いでも、体はそれを本物の笑いとして認識し、ポジティブな効果をもたらします。ぜひ試してみてください！

フレッシュいがらべ



快フィットネスの丹治先生！
いつもありがとうございます



あーはっはっはっはっはー



笑えるって幸せ！

