

あなたの応援団



# 地域包括支援センター



高齢者の方が『元気で、快適に、自宅で安心して』生活できるよう私たちがお手伝いします！

地域包括支援センターでは、保健・医療・福祉について相談、支援等を行ってまいりました。また、様々な事業も開催してまいりましたので、平成22年度の事業についてご紹介します。

## ◆今年度の地域包括支援センター事業開催の様子◆

### 家族介護者交流会

年25回開催

介護をしている方、もしくは介護を終えて1年以内の方を対象の事業です。お食事会やヨガ体操、日帰り旅行などリフレッシュできる内容で行いました。「ゆっくり楽しめた」等の声が聞かれました。



### ほっと♥介護教室

年9回開催

どなたでも参加できる事業です。介護方法や認知症の知識、栄養などをテーマに教室を開催しました。「勉強になった」「今後実践しようと思った」などの声が聞かれました。



### 健康教育事業

年62回開催

地域に住む65歳以上の方が対象の事業です。これからも地域でいきいきと暮らしていくために健康体操や認知症サポーター養成講座などの教室を開催しました。たくさんの元気な笑顔が見られました。



来年度も、様々な事業の開催を予定しております。  
皆様のご参加をお待ちしております。



## 【家族介護者交流会】

市では、日ごろ介護している方、もしくは介護を終えて1年以内の方を対象に、リフレッシュや交流・情報交換のための家族介護者交流会を開催しています。お誘い合わせのうえ、ふるってご参加ください。

日時	内容	場所	備考
3月24日(木) 午前10時～正午	リフレッシュ活動 ～抹茶でまったり～	きらら館 研修室	申込締切 3月18日(金)

### 申し込み・問い合わせ先

地域包括支援センターいしばし  
地域包括支援センターこくぶんじ  
地域包括支援センターみなみかわち

☎51-0633(石橋地区)  
☎43-1229(国分寺地区)  
☎47-2771(南河内地区)