

地域の力 見守りのこころ

引っ越しました！

江波地域包括支援センターはこれまで江波西に事務所を置いておりましたが、今年2月26日に江波二本松に移転いたしました。

【住所】 中区江波二本松二丁目 6-27

新しく建てられた4階建て建物の1階に包括の事務所があり、玄関を入ってすぐ左手が受付窓口となっております。

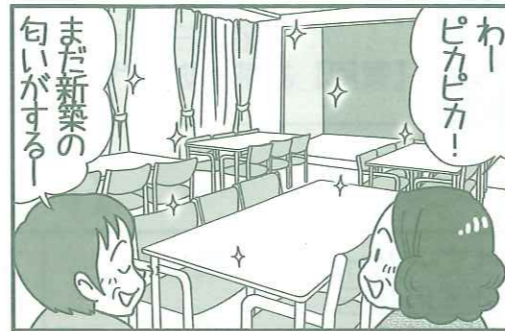
また、事務所と同じ1階のフロアには、地域の方々に利用していただく目的で、キッチン完備した「多目的スペース」があり、本誌に掲載している「縁側の時間」や「気晴らし会」等のサロンですでに多くの方々にご利用いただいております。

新しくなった江波包括に、これからは皆さん気軽にお越しください。



地域包括がいく!!

作者：山田 奈穂
ブログ：<http://naho2007.blog89.fc2.com/>



* 4コマ漫画に登場する人物は、施設の職員をモデルにした架空の人物です。

☆問い合わせ先☆ お気軽にお問い合わせください

広島市江波地域包括支援センター

TEL: 296-4833

受付時間：8：30～18：00

土日祝日・年末年始も休まず開所しております。

訪問に出て不在のことがあります。来所の際にはお電話でご確認ください。



神崎・舟入・江波学区にお住まいの皆さまへ

江波地域包括支援センターだより

編集：社会福祉法人 福祉広医会 広島市江波地域包括支援センター
広島市中区二本松二丁目 6-27 TEL:296-4833 FAX:533-7100
ホームページ：<http://bit.ly/yuuuyu>(活動報告もご覧ください)

2018年4月発行

第29号

地域包括支援センターは、地域の福祉や介護の相談窓口です。

広島市から委託を受け、神崎・舟入・江波学区の担当をしています。

「介護保険のことを聞いてみたい」「ご近所のお年寄りの様子が心配」など介護予防の支援をはじめ、介護や保健・医療・福祉などの相談に応じます。住み慣れた地域で安心して暮らせるよう支援します。

地域を支える活動を紹介！

今回は
江波地区

江波地域包括支援センターでは「誰もが身近な場所で介護予防に取り組むことのできる地域づくり」を目指しています。週に1回以上の活動で筋力向上の効果が期待できる「いきいき百歳体操」を取り入れ、リハビリ専門職との適切な連携を行いながら支援をしています。江波包括圏域内でも「いきいき百歳体操」に取り組むグループが増え、楽しみながら元気になるために、地域の仲間と一緒に活発に活動が行われています。最近では、広島中央保健生協中区南支部の方が中心となって立ち上げた「いきいきマダムジョイ江波」と江波本町町内会が中心となった「憩いの家」で新たに百歳体操が始まりました。どちらもたくさんの方が集まり、元気よく声を掛け合いながら運動に取り組んでいます。

あなたも、健康でいきいきとした生活を送るため、カープの応援歌に合わせて行う「いきいき百歳体操」に取り組みませんか？

(※本誌内側に「いきいき百歳体操」を開催している場所を紹介しております。)



◇地域での活動を、ご紹介下さい!!◇

江波包括では、元気に過ごしていくために「からだを動かしたい!」「趣味活動に参加したい!」という地域の皆さんの声に応えていけるよう、介護保険サービスに限らず地域の活動情報をまとめる作業を進めています!将棋・囲碁の集まりやウォーキングの会など、紹介可能な活動を教えて下さい!

次回のたよりは、8月に発行予定です

江波地域包括支援センターの事業に出掛けませんか?

お問い合わせ ☎296-4833



悠悠タウン江波二本松(多目的スペース)

気晴らし広場	【日時】第4月曜日 13:00~14:30	
	【内容】「食」を通じた交流の場です。	
	【対象】興味のある方はどなたでも【費用】材料費など実費	
	4月23日 食事会打ち合わせ	
	※5月7日 調理・食事会(10:30~) ※5月のみ第1月曜	
6月25日 健康ミニ講座		
7月23日 食事会打ち合わせ		

縁側の時間	【日時】毎週土曜日 10:00~12:00
	【内容】どんな方でも集まれる自由な空間です。老若男女問いません。手芸、将棋、おしゃべりなど自分のペースで好きな事をして頂いています。 【費用】お茶・珈琲代として1人100円いただいています。

江波沖住宅だんらん室(悠悠タウン江波隣り)

将棋	【日時】第2金曜日 10:00~12:00
	【対象】将棋相手を探されている方。これから将棋を始めてみたい方。将棋を通して地域の方と交流しませんか? 【参加費】無料
	4月13日 5月11日 6月8日 7月13日

火曜日の会	【日時】毎週火曜日 10:00~12:00
	【内容】シルバーハウジング入居の方と地域の方との交流の場です。手芸、将棋、おしゃべりなどをして過ごしています。 【費用】お茶・珈琲代として1人50円いただいています。

舟入公民館

いきいき倶楽部	【内容】テーマは「口・喉」 3回シリーズでおこないます。介護予防学習会/健康を維持するために知っておきたい知識
	【対象】学区の65歳以上の方 【費用】無料
	① 5月10日(木) 13:30~15:00 「口・喉の健康について(講義編)」
	② 5月24日(木) 13:30~15:00 「口・喉の健康について(実践編)」
	③ 6月4日(月) 10:30~13:00 【調理実習 材料費500円】
	調理実習は、エプロン、布巾、三角巾をご持参下さい。月曜日になっています。3回とも参加できる方を優先して申し込み受付させていただきますが、難しい方はお気軽にご相談下さい。

縁側の時間	【日時】第3月曜日 10:00~12:00
	【内容】老若男女問わずどんな方でも集まれる自由な空間です。お茶を飲みながら、手芸、塗り絵、おしゃべりなど…。自分のペースで過ごす自由な空間です。 【費用】お茶・お菓子代として1人50円いただいています。
	4月16日 5月21日 6月18日 7月9日

神崎会館

のぞみ会	【日時】第4火曜日 10:00~11:30
	【内容】介護予防体操/出張相談窓口 ※体操に参加されない方も気軽にご相談にいらっしやう下さい。
	【対象】神崎学区の65歳以上の方
	【費用】無料
	4月24日 5月22日 6月26日 7月24日

神崎ふれあいホール(舟入本町11-4)

縁側の時間	【神崎地区社会福祉協議会】
	【日時】第1~4水曜日・第1~3金曜日 10:00~11:30
	【内容】どんな方でも集まれる自由な空間です。 ・水曜日・・・体操、手芸、ミニ講座(第4水曜日)、座談会。 ・金曜日・・・体操、相談窓口、唱歌・懐メロを歌う会等。
	【費用】お茶・珈琲代として1人100円いただいています。

【いきいき百歳体操】

サニーハイム舟入集会所 毎週月曜日 10:00~11:30	ファミリー江波集会所 毎週火曜日 13:30~14:30	舟入集会所(操会館) 毎週木曜日 10:00~11:30
サンキ・ウエルビィ江波 毎週月曜日 10:00~11:00	すずらん薬局舟入支店 毎週火曜日 13:30~15:00	舟入県営アパート集会所 毎週木曜日 13:30~14:30
江波南集会所 毎週月曜日 10:00~11:00	マダムジョイ江波 毎週火曜日 10:30~11:30	イトーピア舟入集会所 毎週金曜日 13:30~14:30
江波本町憩いの家 毎週月曜日 9:30~11:00	神崎ふれあいホール 毎週水曜日 10:00~11:30	IGLベルビュー広島 毎週日曜日 10:00~11:00
神崎南集会所 毎週月曜日 10:00~11:00	個人宅(舟入本町) 毎週水曜日 14:00~15:00	※会場によっては 定員に達している場合があります。
江波栄町集会所 毎週火曜日 10:00~11:00	江波西憩いの広場 毎週木曜日 10:00~11:00	

【認知症カフェ】

【えんがわカフェ】 場所：市営江波沖住宅 日時：毎月第1土曜日 13:00~16:00 参加費：300円 連絡先：082-296-4833 江波地域包括	【のぞみカフェ】 場所：江波東集会所 日時：毎月第3土曜日 13:30~15:00 参加費：300円 連絡先：082-296-4833 江波地域包括	【舟入カフェ】 場所：小規模多機能ホーム舟入 日時：毎月第4土曜日 14:00~17:00 参加費：100円 連絡先：082-292-5703 小規模多機能ホーム舟入
--	--	---