

赤羽高齢者あんしんセンターだより

2016年3月1日 第59号

日ごとに暖かさを増し春めいてまいりましたが、皆様お変わりなくお過ごしでしょうか。
桜の季節もすぐそこですが、油断して風邪など引かぬようお気をつけ下さい。
3月もあんしんセンターでは、行事を開催しますので奮ってご参加下さい。

3月の予定

日時	名称	内容
3月 8日(火)	『うきうき☆いきいき教室』 時間：14:00～15:30 場所：赤羽会館4階 小ホール 対象：要介護・要支援認定を受けていない方、運動制限されていない方	おたっしゃ教室の啓発事業です。今回は、イス空手の琉球空手講師のお二人をお呼びし、座ってできる体操を行います。 ※電話にて予約をお願いします
3月 15日(火)	『赤羽よりどこ・ララ・ら・かふえ』 時間：13:30～16:00 場所：ララちゃんのおうち (ララガーデン内)	高齢者ふれあいサロンとして、地域の皆さまと共に運営しております。ちょっと立ち寄って、おしゃべりしませんか？
3月 22日(火)	『よってこサロン』 時間：13:30～15:30 場所：伊勢屋ビル1階(赤羽 3-5-14)	高齢者ふれあいサロンとして、赤羽 3 丁目にサロンが新しくオープンしました。買い物や病院帰りに是非お立ち寄りください。
3月 25日(金)	『オレンジカフェ・きたい～な にこにこカフェ』 時間：13:30～16:00 場所：赤羽会館4階 小ホール	認知症の方やご家族、地域で活動したい方など、どなたでもご参加可能です。認知症についてのご相談も承っております。

平成28年3月より介護予防・日常生活支援総合事業が始まります。

高齢者が住み慣れた地域で、いつまでも自立した生活を営むために、NPO・民間企業・ボランティアなどの地域と協力して高齢者を支える体制を作っていきます。体操教室（おたっしゃ教室）やサービス事業について、ご利用の希望がある方は高齢者あんしんセンターまでご連絡ください。



*パンフレットは、あんしんセンターの窓口に置いてあります

2月の行事報告



うきうきいきいき教室 2月9日(火)

今回は、膝痛の治療法について赤羽中央総合病院の野村医師から貴重なお話しがありました。後半は、中村理学療法士による体操を行い、皆さん真剣に取り組んでおられました。



家族介護者教室

① 2月10日(火)「在宅療養と看取りについて」

元清水坂あじさい荘副施設長の鳥海氏より、在宅での看取りについて、とても興味深いお話しがありました。

② 2月19日(金)「成年後見制度 法律相談」

リーガル・サポート司法書士の大森先生から、成年後見制度についてのご説明がありました。



高齢者ふれあいサロン

① 赤羽よりどころラ・ら・かふえ 2月16日(火)

ららちゃんのお家の富田施設長より、北区観光ガイドブックについてのお話しがありました。入り口にも資料が置いてあるそうなので、ご興味ある方は是非お立ち寄りください。



② よってこサロン 2月23日(火)

集まった皆さんで、和気藹々とおしゃべりを楽しみました。こじんまりとやっておりますので、ぜひお気軽にお立ち寄りください。



ケアマネサロン 2月12日(金)

赤羽圏域のケアマネージャーが集まり、定期的に情報交換をしています。今回は作業療法士(OT)、理学療法士(PT)の専門職の方に来て頂き、訪問リハビリや通所リハビリについて、詳しくお話しをして頂きました。



発行元

赤羽高齢者あんしんセンター(赤羽地域包括支援センター)

〒115-0044

北区赤羽南1-13-1 赤羽会館6階

TEL: 03-3903-4167

「赤羽地域包括支援センター」は北区からの委託事業により、地域の高齢者の相談窓口の仕事をしております。お気軽にご相談ください。