

赤羽高齢者あんしんセンターだより

2019年4月1日 第96号

日に日に暖くなり、春の陽気を感じられるようになりました。4月は出会いと別れの季節、皆さまはどんな春をお迎えですか。新年度を迎え、赤羽高齢者あんしんセンターも気持ちを新たに、地域の皆さまのお役に立てるよう努めてまいります。

4月の行事予定

日時	名称	内容
4月2日(火)	『赤羽うきうき☆いきいき教室』 時間：10:00～11:30 場所：赤羽会館4階 小ホール	理学療法士による筋力アップ体操です。 ※電話にて予約をお願いします。
¥ 4月4日(木)	ものづくりサロン『めぐり』 時間：15:00～16:30 場所：めぐりや（赤羽 2-4-14）	『折り紙で作るフランス人形』 ●参加費：400円 （お茶代含む） ※電話にて予約をお願いします。
¥ 4月8日(月)	『岩淵ヨガサロン』 時間：10:00～11:00 場所：東京ヨーガ療法研修センター （岩淵町 32-25） 岩の湯向かい	呼吸法をメインとしたヨガサロンです。 ●参加費：500円 注：会場は2階となります。エレベーターはございません。
4月16日(火)	『赤羽よりどこ・ララ・ら・かふえ』 時間：13:30～15:30 場所：ララちゃんのおうち(ララゲ-デ)内)	赤羽2丁目のスズラン通り商店街にある高齢者ふれあいサロンです。どなたでもご参加可能です。
4月23日(火)	『赤羽うたごえサロン』 時間：10:00～11:30 場所：赤羽会館4階 小ホール	懐かしい歌、楽しい歌、あんな歌、こんな歌をみんなで楽しく歌いましょう。
¥ 4月26日(金)	『カツ カフェ・きたい～なにこにこカフェ』 時間：13:30～15:30 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。●参加費：100円
4月27日(土) ※第4週目です	岩淵仲良サロン『ORURI(おおるり)』 時間：10:00～11:30 場所：おおるりデイサービスセンター （岩淵町 9-16-101） 岩淵小そば	カラオケに体操、お喋りも！内容盛りだくさんで大盛況です。どなたでもご参加いただけます。

募集中!

健康サロンの参加者を募集します!!

日時：毎週水曜日 13:30～15:00（※祝日の場合はお休みになります）

場所：赤羽岩淵中学校内『地域開放室』

内容：介護予防リーダーを講師としてお招きし、体操や脳トレを中心に活動しています。

参加条件：介護保険のサービスを利用していない方、医師から運動制限をされていない方

参加期間：原則6か月間 その後は自主的に活動していただくか、または地域内の自主活動のグループをご紹介させていただきます。



Pick UP!!

地域の方と、地域について、話し合いました。



2月20日(水)に赤羽会館小ホールにて『赤羽地区 地域包括ケア連絡会～地域で暮らす、地域で見守るを考える～』を開催しました。民生委員、自治会、老人会、地域で活動している団体の代表者をお呼びし、グループワークでは地図を囲み、それぞれの持っている情報を共有しあいました。自分の地域の自慢できること、はたまた不便な点など、ポジティブな情報からネガティブな情報までみんなで共有しました。『遠くの親戚より向こう三軒両隣』という言葉も飛び出し、地域で見守るとはこういったことなのか考える良い機会となりました。



AKB 劇団も大活躍!!



認知症サポーター養成講座

@ 赤羽岩淵中学校

3月14日(木)赤羽岩淵中学校にて卒業を控えた中学3年生185名に向けて、認知症サポーター養成講座を行いました。認知症とはどのような病気なのか、病気の理解と正しい対応の仕方など、クイズを交えつつ勉強しました。クイズでは『なんで?』という疑問の声も上がり、盛り上がりました。



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

FAX:03-3903-4257

E-mail:uraraakabane@uraranext.com



「赤羽高齢者あんしんセンター」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。