



# はつらつ

## はつらつサークル —みんなで集まり笑顔いっぱい—



12月19日  
お餅つき

昨年は地域の方々と一緒に、いろいろな活動をさせていただきました。参加人数も回を重ねるごとに、増えてにぎやかになってきております。

いつまでも元気で、はつらつとした生活を送っていただくために、玉出地域包括支援センターは今年も皆さんと一緒に楽しいことをいっぱい考えたいと思っています。皆さんの参加をお待ちしています！！



11月7日遠足



はつらつサークルは  
健康チェックから



体操教室 6回行われました。

**参加  
募集！**

次回 はつらつサークル  
3月7日 白寿苑 13:30  
テーマは認知症の予防です。

### 地域包括ケアとは？

団塊の世代が75歳以上となる2025年を目途に、重度な要介護状態となっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供される地域包括ケアシステムの構築を実現していきます。玉出地域包括は、この地域包括ケアの考えを推進しています。

はつらつサークルも介護予防の取り組みの一環です。



## 特集

## 総合相談窓口 南津守・成南コーナー

### 総合相談窓口 成南



めぐみでは**毎月第3金曜日の13:00~14:30**にめぐみ喫茶を開催しています。毎月大勢の方に来ていただいています。飲み物+ミニお菓子(100円)、今月のおやつ(50円)で提供させて頂いております。お時間があれば是非お越しください(^o^)!!

また、現在めぐみ喫茶の準備委員会として**千本めぐみの会**(仮称)の活動も行っています。

男性中心に月に1回集まって頂き、喫茶で使う看板や装飾品を作成しています。ほのぼのとした雰囲気の中でお喋りを楽しみながらも真剣に作業をしています。

**現在、会員募集中♪  
女性も大歓迎です!**



### 総合相談窓口 南津守

9/6(土)・10/22(水)民生委員の方と、一緒に訪問させていただきました。



訪問するも応答がない方(不在)などもいらっしゃいましたが、9/6(土)17名、10/22(水)10名の方々とお会いし、**包括とランチ**の担当者の顔を知っていただくために、名刺とパンフレットを渡させてもらいました。すでに介護サービスを受けておられる方もいらっしゃいましたが、介護認定は受けているがサービスの利用はまだとおっしゃられる方には、サービス希望される時にはいつでも連絡くださるようにお伝えしました。

また、新たに見守りをさせてもらう方にも、出会う事ができました。町会長さんにもお会いする事ができ、町会内で気になる方があれば、連絡し合うことでまちの見守りを充実させていきたいと思います！

**今後も地域を周らせていただきますので、  
皆さんよろしくお願い致します。**



## 玉出地域包括支援センター

介護のこと、認知症のことなどの相談は、地域包括支援センターへ相談ください。



住所：西成区南津守 7-12-32 白寿苑内

電話 06 (6651) 6888

Email : tanetugu@hakujuen.or.jp