



# はつらつ

## 地域ケア会議 —みんなで集まり地域のことを考える—

### 地域の課題を話し合い



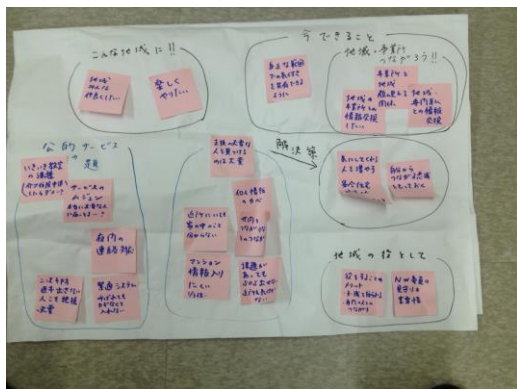
地域の取り組みに反映します！

地域の方々、関係機関、行政、総合相談窓口（ランチ）、地域包括支援センターにて、地域ケア会議を行いました。

地域ケア会議は、地域包括支援センターにとって、地域の高齢者の課題を知り、地域の高齢者を支える方々との交流の場として大変重要な会議です。当日活発に意見を出していただいたことを、整理して、すぐに取り組みそうなこと、皆さんと一緒に考えて解決していくことを共有していきます。

今後も地域の高齢者が安心して生活できるように、地道に取り組みを進めていきます。

地域の課題を整理して



### 地域ケア会議とは？

地域ケア会議とは、高齢者に対する支援の充実を果たすために行われます。具体的には・・・

- ① 高齢者の個別の課題について、関係者が一緒に考える。
- ② 高齢者の課題を積み重ね、地域に共通した課題を明らかにする。
- ③ 地域課題の解決に向けて、地域づくり、制度に反映させる。

地域の課題を、地域の皆さん、包括、行政みんなで考えていきます。



## はつらつサークル

## みんなと一緒に介護予防！！



100歳体操



認知症予防教室

はつらつサークルでは、1月に西成区内各所で行われている、100歳体操を、3月に認知症予防について体を動かしながらみんなで勉強しました。

100歳体操とは、筋力アップに効果があると、全国的に広がり、西成区でも保健センターの保健師さんの指導で活発に行われています。『おもり』をつけて、ゆっくりと運動して、定期的に行うことで、筋力アップしていきます。

認知症の予防について、話を聞いたり、記憶力のゲームや手軽にできる運動を、参加していただいた方と行いました。ゲーム感覚で行ったこともあり、みんなで笑いながら、明るく楽しく会場は大変盛り上がりました。

平成27年度も、企画を盛りだくさんで行っていきたいと思っています。是非皆さん、今年度も参加してくださいね！！

次回は下のお知らせのコーナーを見て確認してください。(担当 高山)

## お知らせ

### はつらつサークル 施設見学会

日時： 5月23日(土) 9時30分から

場所： エイジ・ガーデン北加賀屋

### はつらつサークル 健康測定会

日時： 6月10日(水) 13時30分から

場所： 白寿苑 新館



その他 運動教室も6月から開始します。

お問い合わせは 高山(たかやま)まで

06-6651-6888

## 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