

講座のご案内

参加無料



認知症サポーター養成講座

認知症を学び、地域で支え合いましょう！

日時：4月26日(水)と5月24日(水)
10:00~11:30

※両日とも同じ内容です。

場所：相原高齢者支援センター
内容：認知症の病気のことを知り、
対応方法を学びます。

地域介護予防事業

すこやかに！健康体操

長〜く元気でいるためのコツ、教えます☆
日程：5月9日(火) 13:30~15:00
5月16日(火) 13:30~15:00

※どちらかでも両日でもご参加OKです。
内容：介護予防と筋力アップ体操
講師：健康運動指導士 山口 恵美子先生
定員：各20名(申込み先着順)

定期開催のご案内 参加者募集中です！！

ご近所体操で体を動かそう！

保険未加入の為、自由参加となります。
お気軽にご参加ください。

ご近所体操 ななかまど さくら公園
(二本松3-17)

日時：毎月第1月曜 14:00~

ご近所体操 はっぴー 窪ノ淵公園
(二本松1-28)

日時：毎月第1・第3水曜 10:00~

ご近所体操 二本松公園 (二本松4-16)

日時：毎月第1・第3木曜 10:00~

ご近所体操 シオン 相原児童遊園(二本松4-8)

日時：毎月第1・第3火曜 10:00~

ご近所体操 田通公園 (相原3-13)

日時：毎月第2・第4火曜 9:00~

だいわ花壇の会

花壇づくりを通して交流しています。

日時：毎月第1・第3水曜日 9:00~11:00
(4月：5日、19日、5月：17日)

※雨天時は話し合い、中止になる場合もあります。

場所：大和製罐(株)グラウンド

参加費：保険代として年間300円

対象：橋本/相原地域にお住まいの65歳以上の方

健ポ会(ウォーキング)参加者募集中!

毎月第3水曜に片道1時間程度の目的地を決めて
ウォーキングしています。一緒にいかがですか?

けせら会(小旅)

毎月第1水曜に、計画を立てる為の話し合いと、
往復7時間程度で行ける距離の小さな旅を交互に
毎月1回実施しています。

出張相談のお知らせ

介護保険、認知症のことなど、お気軽に
ご相談ください。

日時：毎月第1月曜日

10:00~12:00

4月3日、5月1日

場所：相原病院

ジョイフル歌唱会

皆さんで楽しく童謡などを歌う会です。

日時：毎月第1月曜日 13:30~15:00
4月3日、5月1日

場所：相原高齢者支援センター

対象者：75歳以上の方

費用：初回のみ1300円(本と保険代)

相原地域包括支援センター 通信「JOYふるあいはら」 平成29年4月号

JOY **じょいふる**
あいはら **4月・5月**

相原高齢者支援センター

相模原市緑区二本松3-4-7

電話:042-703-5088 FAX:042-703-5089



偶数月発行 vol. 19

aihara0401@citrus.ocn.ne.jp

紙面についての申込・問合せは相原高齢者支援センターまで TEL703-5088

じょいふるカフェ会が認知症サポーターの優良事例に選ばれました！おめでとうございます！

平成26年10月に二本松・相原地区で誕生したボランティア活動グループ「じょいふるカフェ会」がこのたび認知症サポーターキャラバン優良活動に選ばれました！

これは、とても珍しいことで相模原市としては初の快挙となりました。

選考理由として、「キャラバン・メイトが地域包括支援センターとの協力のもと立ち上げたボランティア団体により、介護予防教室、オレンジカフェ、農園活動(高齢者、認知症の人、障害者・児による)を実施し、認知症の人とサポーターが多様な活動を通し、継続して交流、支援する場を創出している」とのこと。代表の木村さんは、「認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目標にこれからも取り組んでいきます」と意欲を示しています。当センターも今後の活動を見守っていきます。 ※キャラバンメイトとは、認知症を応援する「認知症サポーター」を養成する講師役を意味しています。

栗の里じょいふる農園 参加者募集中です！！

畑作業を通して交流しています。

日時：毎月 第2、4月曜日 9:00~11:00

(4月：10日、24日、5月：8日、22日)

※雨天中止/天候と育成状況により日時変更の可能性あり

場所：「レストラン栗の里」向い側の畑

参加費：年間代(保険代・種などの雑費代)として2000円



↑2/4の受賞の様子です

じょいふるカフェ

日時：毎月 第2木曜日 10:00~

内容：体操や歌などの交流を通して介護
予防を実施します。

場所：相原高齢者支援センター

費用：200円(保険代・お茶代として)

4月13日 歓談、歌など

5月11日 中野さんによる折り紙体験、
歓談、歌など

じょいふるオレンジカフェ (認知症カフェ)

日時：毎月 第4木曜日 10:00~

内容：日頃の介護の悩みを話しあい、ほっと
する場です。

場所：相原高齢者支援センター

費用：100円(保険代・お茶代として)

4月27日 勅使河原先生による
リラクゼーション法

5月25日 参加者同士の情報交換

4月 今月の予定 5月

日	曜	行事	開始時間
1	土		
2	日		
3	月	出張相談窓口 相原病院 ご近所体操ななかまど さくら公園 ジョイフル歌唱会 支	10時～ 14時～ 13時半～
4	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
5	水	だいわ花壇の会 大和製罐 ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	9時～ 10時～
6	木	ご近所体操 二本松公園	10時～
7	金	二本松にここサロン 町	10時～
8	土		
9	日		
10	月	じょいふる農園 畑	9時～
11	火	ご近所体操 田通公園	9時～
12	水		
13	木	じょいふるカフェ 支	10時～
14	金		
15	土		
16	日		
17	月		
18	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
19	水	だいわ花壇の会 大和製罐 ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	9時～ 10時～
20	木	ご近所体操 二本松公園	10時～
21	金	二本松にここサロン 町	10時～
22	土		
23	日		
24	月	じょいふる農園 畑	9時～
25	火	ご近所体操 田通公園	9時～
26	水	認知症サポーター養成講座 支	10時～
27	木	じょいふるオレンジカフェ 支 (認知症カフェ)	10時～
28	金		
29	土		
30	日		

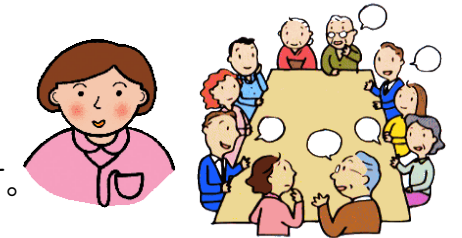
※地域内で「いきいきサロン相原」「相原お茶べり会」「いきいきサロン二本松集会所」も開催しています。

日	曜	行事	開始時間
1	月	出張相談窓口 相原病院 ご近所体操ななかまど さくら公園 ジョイフル歌唱会 支	10時～ 14時～ 13時半～
2	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園	10時～
3	水		
4	木		
5	金	二本松にここサロン 町	10時～
6	土		
7	日		
8	月	じょいふる農園 畑	9時～
9	火	ご近所体操 田通公園 すこやかに健康体操 相原公民館	9時～ 13時半～
10	水		
11	木	じょいふるカフェ 支	10時～
12	金		
13	土		
14	日		
15	月		
16	火	ご近所体操シオン 相原児童遊園 すこやかに健康体操 相原公民館	10時～ 13時半～
17	水	だいわ花壇の会 大和製罐 ご近所体操はっぴー 窪ノ淵公園	9時～ 10時～
18	木	ご近所体操 二本松公園	10時～
19	金	二本松にここサロン 町	10時～
20	土		
21	日		
22	月	じょいふる農園 畑	9時～
23	火	ご近所体操 田通公園	9時～
24	水	認知症サポーター養成講座 支	10時～
25	木	じょいふるオレンジカフェ 支 (認知症カフェ)	10時～
26	金		
27	土	市民健康講座 相原病院	14時半～
28	日		
29	月		
30	火		
31	水		

町：二本松町内会会館
集：二本松自治会集会所
合：緑合同庁舎
畑：「栗の里」向い側
支：相原高齢者支援センター

29年度も地域ケア会議を開催します

28年度から地域ケア会議を「個別事例部会」と、自治会・老人会・民生委員、社会福祉協議会などの皆様を中心に構成する「地域づくり部会」に分けて開催しています。



「地域づくり部会」の内容は、「個別事例部会」で出された個別課題の検討や、地域住民活動の把握などから見える課題、地域の皆様から提示された課題等を整理し、生活支援コーディネーターも協力しながら、より良い方向を導き出す取り組みをいたします。

紙面についての申込・問合せは相原高齢者支援センターまで Tel.703-5088

活動報告



←北病院の3F食堂です。地域交流の場として、今年度からお借りすることができるようになりました。湘北病院独自の取り組みとして毎月2回音楽会が開催されるほか、4月から毎月第1木曜13時半に「わくわく体操」が開催されますので、多くの方のご参加をお待ちしています。



↑2月16日と23日に、だいわ製罐の和室にて太極拳の介護予防教室を開催しました。皆さん元気に取り組まれました☆



↑3月13日に栗の里じょいふる農園活動にて向原にじゃがいもを植えてきました。今年も豊作だといいですね♪

出前講座やります！

☆介護保険制度について
☆相模原市在宅福祉サービスについて
☆介護予防について
(体操、脳トレ、レクリエーション、歌声など…)
☆認知症サポーター養成講座
☆その他相談に応じます！

ボランティア募集してます！

じょいふる相原を配布したり、一緒にご近所体操をしたり、ウォーキングの付き添いや認知症の方の付き添いをしてくれる等のボランティアさんを募集しています。

発行：相原高齢者支援センター（月～土 8:30～17:30）日曜・祝祭日休み
住所：相模原市緑区二本松 3-4-7 電話：042-703-5088 FAX：042-703-5089