



ピバ! 12月 しろやま 1月号


メールもお待ちしております!
sp985uh9@biscuit.ocn.ne.jp
 URL:<http://lifehomeshiroyama.com>

発行：城山地域包括支援センター
 偶数月発行 Vol. 82, 2022
 電話：042-783-0030
 FAX：042-783-0070

地域介護予防教室

無料


元気！やる気！体を動かそう！

☆日時：令和5年2月24日（金）10:00～12:00
 ☆会場：城山公民館 1階 大会議室
 ☆講師：健康運動指導士 平岡 亮一 先生
 ☆内容：健康体操、脳トレ、筋トレ 等 
 ☆募集：25名
 ※令和5年2月1日（水）申し込み開始！
 （募集人員に達した時点で受付終了します。）
 ☆マスク着用、運動しやすい服装、靴、飲み物
 ※ご自宅で検温してから会場へお越しください。
 ※コロナウイルス感染予防のため中止になる場合があります。
 ※この事業は相模原市の委託を受けて実施しています。

成年後見制度相談会開催のお知らせ

～制度について相談したい、知りたいと思う方、相談してみませんか？～

☆日時：毎月第3水曜日
 ・令和4年12月21日（水）10:00～12:00
 ・令和5年 1月18日（水）10:00～12:00
 ☆講師:コスモス成年後見サポートセンター
 会員行政書士
 ☆会場：城山総合事務所 B会議室
 ☆お申し込みは下記までご連絡ください。
 ※お一人1時間程度、無料で相談をお受けします。



認知症予防カフェ

開催中！

まんまる 😊 えがお

☆日時：毎月第1水曜日 13:30～15:30
 ・令和4年12月 7日（水）
 ・令和5年 1月11日（水）※第2水曜日
 ☆会場 城山公民館3階講義室
 城山総合事務所3階ボランティア室
 ハックルベリー（レストラン）
 ☆ご自宅から ZOOM でも参加出来ます！
 （ID・パスワードをお知らせします）

メンバー募集！

城山イエーイ！

5月に地域介護予防教室（コース編）から立ち上がった健康体操のグループです！

☆日時：毎月第2木曜日 10:00～11:30
 ☆内容…ラジオ体操、ストレッチ、脳トレ、情報交換など
 ☆持ちもの…飲み物、タオル、体操の出来る服装
 ※随時見学受付中!!
 ※会場や見学については下記までお問合せ下さい。

個別地域ケア会議 in 葉山島



～高齢者の閉じこもりを防ぐ移動支援を考える～

令和4年11月15日（火）葉山島センターにおいて、個別地域ケア会議を開催しました。

車の免許を返納し、自身で買い物に行けなくなったケースを取り上げ、城山地区自治連の齋藤会長を始め、「おでかけのわ委員会」伊藤会長（民生委員会会長）、葉山島地区各役員の皆様、城山地区に在籍するケアマネジャー、移動支援を考えているサロンテイ下九沢管理者様、福祉用具のあい和ケア、緑区役所職員などに出席していただき、「高齢者の移動支援」について話し合いを行いました。高齢になっても住み慣れた地域で過ごせるために、地域の課題を今後も探っていきましょう。

※地域ケア会議とは、地域の人が生活するうえで抱える問題を、当事者やケアマネジャー、介護サービス事業者やリハビリ・医療などの専門家、地域の民生委員などが集まって話し合い、解決策を探っていく会議のことです。

開催しました！

★9/8(木)、10/11(火) 認知症講演会を2回連続講座として、リモート開催しました！

1回目は「～人生100年時代を見すえた認知症について考える～」と題して認知症の症状や認知症の方を理解するというものでした。

2回目は「家族が認知症かも 家族の寄り添い方について考える」と題して支える側についての講演会でした。

スクリーンを通しての講演会でしたが城山で話を聞いてよかったとの感想を頂きました。



★10/7(金) 「施設の種類の城山地域の事業所紹介」と「脳梗塞」について、民生委員(14名)に向け研修会を開催しました！

本来であれば実際に施設を見学したいとの希望があったのですが、コロナ禍のため、残念ながら写真での紹介になりました。

「城山にもこんなに事業所があるんだね！」という声がありました。



★10/19(水) 家族介護教室 ミニ勉強会「遺言について知ろう！」開催しました！

遺言書の書き方の講義ののちに、仮に遺言書を書いていただきました。

参加者から「先々必要になるかもしれない」とたくさんの質問もいただき、有意義な時間になりました。



★10/23(日) 福祉のつどいに参加しました！

3年ぶり午前中のみで開催でしたが認知症関連の展示や福祉用具の展示と体験を実施しました。

参加者の方に電動車いすの試乗や歩行器や杖などに触れてもらい、説明や話をする機会となりました。



★11/12(土) 認知症サポーター養成講座を開催しました！

一般住民の方に広く参加してもらうため、今回は土曜日に講座を行いました。

講座後の質問も積極的であり「認知症」という病気について深く知ってもらう機会になりました。

今後も開催いたしますので、ご興味のある方はぜひ、ご参加下さい。

★11/29(火) 廣瀬憲一先生（広瀬病院理事長）による講座「人生会議について、考えてみよう」開催しました！

人生最期の時を自分らしく迎えられるようにと城山地域でご活躍の先生にお話し頂きました。参加者から病気の事、老衰のこと等たくさんの質問をいただき、先生からわかりやすくお答えいただきました。

