

# しのぶ里山便り

## 福島市信夫地域包括支援センター

令和6年8月23日に信夫ネットワーク協議会研修会を行いました！

「自分たちが持っているお宝を自慢してみよう！」というテーマで、意見交換会を実施しました。当初30分の予定でしたが、会話が盛り上がり10分間延長して、さまざまな「お宝」を皆様から出させていただきました。

今後も話し合いの場づくりに取り組んでいきたいと思っておりますので、よろしくお願いいたします。

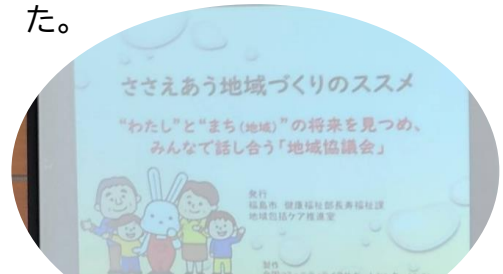


\*「お宝」とは？

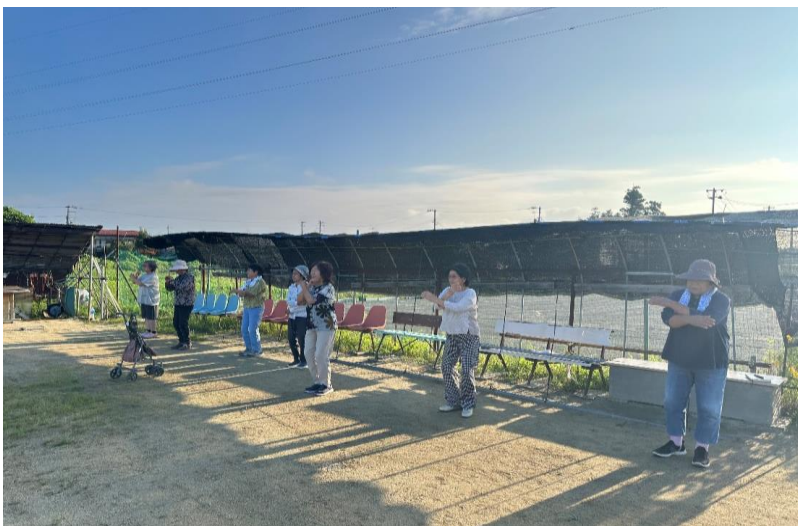
日常の交流の中で何気なく行われている、ちょっとした支え合い

あたりまえの日常に、自分と仲間の健康や、暮らしを支えたり、命を守る「いとなみ」が、呼吸をするように自然に行われています。

それを、「お宝」と呼ぶことにしました。



## 成川なかよしグループの皆さん



成川なかよしグループは15年以上、1年365日休むことなく成川グラウンドに集合してラジオ体操を行っています。「みんなと会って、何気ない事を話して、笑うことができるから毎日来ることができるんです」と、皆さんがおっしゃってました。

※地域の「活動」を教えてください。私たちの地区ではこんなことをやってるよ！！ご近所さん同士でこんな楽しみがあるよ！そんな取り組みがありましたら是非とも信夫地域包括支援センターへお知らせください。喜んで取材させていただきます！





## ～出前講座のお知らせ～

信夫地域包括支援センターの職員が訪問し、  
**30分～1時間程度(テーマによる)で講話をします。**

○講座名

- |                   |                 |
|-------------------|-----------------|
| ①地域包括支援センターとは？    | ⑥教えて！成年後見制度     |
| ②薬との上手なつきあい方      | ⑦詐欺被害にあわないために   |
| ③認知症サポーターになりませんか？ | ⑧いきいきももいん体操体験講座 |
| ④退院後はどうしたらいいの？    | ⑨介護保険って何だろう？    |
| ⑤「私の人生ノート」ともしもの話  | ⑩認知症を知りましょう     |

○対象 … ◇信夫地区にお住まいの皆さま

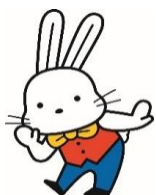
◇参加人数は原則5名以上

○職員派遣場所 … 信夫地区内のご希望の場所

※感染予防対策(3密防止)がされた  
環境をご準備ください

○費用 … 無料

まずは、お気軽に下記までお問合せください！



地域包括支援センター  
って何??

**高齢者の総合相談窓口です。**

住み慣れた地域で安心して暮らしを  
続けて頂く為に、健康や介護、福祉、  
生活等の相談に応じます。

### 福島市信夫地域包括支援センター

【担当地区：永井川・大森・成川・上烏渡・下烏渡・山田・小田・平石】

住所：福島市上烏渡字北河原2-1（あづまの郷 内）

電話：024-593-0151

# 回覽

