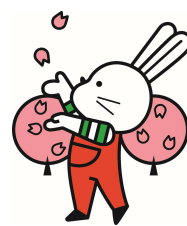


回覧



令和7年度 みんなのSunSunカフェ
日時:第3水曜日 午前10時～11時30分
場所:蓬萊学習センター分館講義室

※内容は予告なく変更になる場合があります。

- 4/16 介護保険施設について知ろう♪&
地域包括支援センターってどんなところ？
- 5/21 在宅介護を知ろう！どんなサービスがあるの？
在宅のケアマネさんに聞こう♪～居宅&小多機～
- 6/18 香りで心と身体のリフレッシュ♪
～アロマde認知症予防～
- 7/16 食のなるほど発見セミナー
～命を守る“水”見直そう！水分補給～
- 8/20 森の案内人・中野さんと絵馬作り体験
～自分だけの絵馬を作ってみよう～
- 9/17 血管年齢測定×ほぐし体操
～血管年齢をチェックしてみませんか～

令和6年度、
たくさんご来場
いただきました。
ありがとうございました♪



- 10/15 栄養士さんと一緒にカレーライス作り(予約制)
～体に優しいカレーライス作り～
- 11/7 みんなのSunSunカフェ特別編・認知症講演会
～あずま通りクリニック 小林直人先生をお招きして～
※木曜日、午後14時～15時30分の開催になります。
場所は学習センター分館2階ホール。
- 12/17 クリスマス会×楽しく体操！
～リハビリの先生と笑顔で体を動かしましょう～
- 3/18 歌うことで認知症予防♪
～みんなで楽しく音楽療法～

※1・2月は感染症対策のためお休みです。



こんにちは、蓬萊地域包括支援センターです！
令和7年度のみんなのSunSunカフェ日程が決まりました。認知症であってもそうでなくても、だれでも気軽に参加でき、専門職とみなさんがつながるカフェです。今年度も皆様お誘いあわせの上、ご来場お待ちしております♪
お問い合わせは・・・024-547-2345
(蓬萊地域包括支援センター)



みんなのSunSun
カフェエフロンが
完成♪
このエフロンが目
印です！



R7.3.12地域支え合い講演会を開催!

「地域でつながり 未来へつなぐ」

さる3/12、蓬萊地区の支え合いについての講演会を開催しました。講師には全国コミュニティライフサポートセンターの橋本泰典先生をお招きし、全国の地域づくりの取組、福島市での取組を講演頂きました。高齢者・現役世代・若年層まで、世代を超えてつながっていくことで地域がより生き生きする。そのために何が出来るか、私たちが改めて考えることが出来ました。蓬萊地区の支え合いの事例発表では、当事者の皆さんへのインタビューもあり、和やかな雰囲気で行うことが出来ました。参加者の皆さんとのグループワークでは、気にかかけあい・支え合いが当たり前のようにあることを知ることができました。私たちも、蓬萊地区の包括職員として、また、地域支え合い推進員としても改めて地区への想いを発表させて頂き、住民の皆様へ伝えることができた大変貴重な機会となりました。最後には、包括職員と行政職員の紹介をさせていただき、参加者の皆様と距離が縮まる場面も。今後も、継続して地域づくりに伴走していきたいと思っております。ご参加していただきました皆様、ありがとうございました。

蓬萊地区の「お宝」を発表しました!



グループワークでは熱量高く!!

蓬萊地区のももりん体操団体さんをご紹介♪ 元気にももりん体操♪ 3人集まれば、団体登録できます!!

六町会ラジオ体操の会では、銀座カンカン娘に合わせてパタカラ体操も! その一部をご紹介します。



ほうらいももりん会

六町会ラジオ体操の会

【口の体操(パタカラ体操)】
あの娘可愛や カンカン娘
(パピプ プパパ パップパ プパパ)
紅いブラウス サンダルはいて
(タト タツチ ツツテ ツチ)
誰を待つやら 銀座の街角
(カコ キカカ カキコ カクク)
時計ながめて そわそわにやにや
(ロラ ロラリ ロラル ラリロ)
これが銀座の カンカン娘
(ホパパ ツチ外 カクカ ルル)

福島市ではR6年度、認知症サポーター数が累計4万人に♪



皆でオレンジリングを持って

R7年1月、エヌケイ商事さんに認知症サポーター養成講座を受講いただきました。車いすや介護ベッドなど、福祉用具を取り扱う事業所のエヌケイさん。今回は社長をはじめ社員の方たち全員に講座を受けていただき、皆さんとても熱心に講座を聞かれました。包括ではこれからも、認知症に優しい地域を目指して認知症の理解、普及啓発に取り組んでいきます。3月には蓬萊中学校の1年生へも、認知症サポーター養成講座を行う予定となっています!

蓬萊地域包括支援センターは蓬萊地区(蓬萊町・清水町・田沢地区)を担当している高齢者の相談窓口です。介護や健康、予防など高齢者に関する相談や手続き等の支援を行っています。相談は無料で、内容に関する秘密は厳守いたします。また、蓬萊包括では介護保険や介護予防、認知症サポーター養成講座等の講演会の依頼も承っております。町会・サークル等々、ご希望の方は蓬萊包括までお電話ください。

蓬萊地域包括支援センター：024-547-2345

