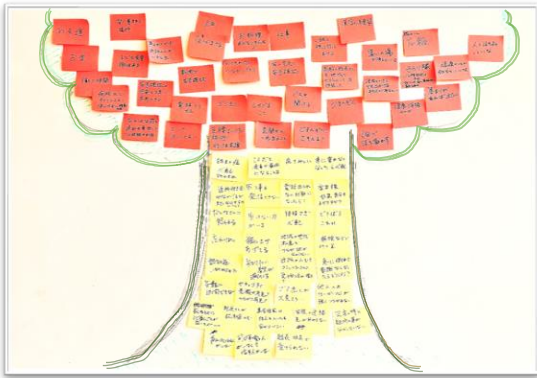




縁 joy さーくる 令和 5 年度は「元気でいるために～健康な時に考える人生会議！」



令和 4 年度に立ち上げた縁 joy さーくる。令和 4 年度最後は、縁 joy カフェを開催。コロナの感染対策はしながら、自由な意見交流会を開催しました。

14 名 60 代～80 代の参加者の方々と、「お互いさまを話そう」というテーマで出てきた意見で、桜の花を咲かせました。認知症すぐろくのご紹介もすると、「またやってみたい。」というご意見もいただくことが出来、皆さんの笑顔に、お言葉に、改めて集いの場の大切さを実感しました。

そこで今年度もはりきって「縁 joy さーくる」を続けます！令和 5 年度の第 1 回は「ピンピンコロリを目指しましょう」と題して、訪問看護認定看護師から高齢者の体の変化と健康で過ごすために大切な事を学びます。第 2 回は「将来の変化に備える人生会議（ACP）のススメ」と題し、在宅診療専門の医師から、自分らしい最期を迎えるために必要な事をお話いただきます。第 3 回は、「最期まで安心に～住まいとお金」のお話。その他にも、介護者の集いや、認知症サポーター養成講座と、ご好評いただいた縁 joy カフェなどを企画しています。

詳細は、本紙のお知らせ欄や、回覧をご覧の上、お申込みください。今年度もたくさんのご縁でつながれますよう、皆さまのご参加お待ちしております。



3/3 電動カート大試乗会@南公園

3 月 3 日南公園交通広場にて、岡崎圏域の 3 包括合同主催で、電動カートの大試乗会を開催しました。晴天に恵まれ、約 50 名の方が試乗に参加されました。警察署交通課からの安全講習を受けた後、3 輪、4 輪の電動カートに加え、次世代型電動車椅子 WHILL（ウィル）の試乗も実施。電動カートは道路交通法上では歩行者と同じ扱いをされています。体験をした方からは「最初は戸惑ったが簡単に運転できた。」「楽しかった」という感想が聞かれました。自費購入だけでなく、介護保険利用のレンタルも可能です。条件等はお気軽に包括までお問合せください。免許返納後や歩行が不自由になっても、自由に外出できる手段の一つになると良いですね。



＊縁 joy さーくる＊

お知らせ

◆テーマ：「ピンピンコロリを目指しましょう」 高齢者を支える家族の会同時開催

福岡学区市民ホーム 2F：5 月 24 日(水)13：30～15：30 ※要予約・参加無料

岡崎学区市民ホーム 2F：6 月 16 日(金)10：00～12：00 ※要予約・参加無料

講師：葵訪問看護ステーション 訪問看護認定看護師 前田 ゆかり氏

○福岡学区 いきいきクラブ

4 月 4 日 (火) 開校式 地域包括支援センター

5 月 2 日 (火) 笑いヨガ

6 月 6 日 (火) 糖尿病を予防して「ぴんぴんころり」

○岡崎学区 いきいきクラブ

4 月 19 日 (水) 開講式 体力測定

5 月 17 日 (水) 栄養について学ぼう

6 月 21 日 (水) 手作りおやつを楽しく食べよう

※予定を変更する場合があります。活動状況は適宜ご確認下さい。

なぞなぞ脳トレ答え

- ① ろっ骨 6 個「つ」
- ② 怪獣 貝 10
- ③ みたらし団子 「み」垂らし 団 5

つぶやき

隔月発行の本紙「なのさぼ」は毎年 4 月号で、当地域包括を改めて知っていただくための記事を掲載しております。おかげ様で「なのさぼ」見たよと言っただけの機会も増え、嬉しい限りです。今年度も、シニア世代の暮らしの相談はもちろん、本紙「なのさぼ」で、地域の活動や取組を掲載してほしい方もお気軽にお声かけください。よろしく願いいたします！ (センター長：丸本)

掲載内容に関するお問い合わせは、0564-57-8087 までどうぞ！