



# 広面地域包括支援センター 桜の園 通信

2024年6月第2号

## “地域包括支援センター”って？

地域包括支援センターは、秋田市から委託を受け、高齢者の皆様が住み慣れた地域で安心した生活を続けられるように支援を行う機関です。

広面地域包括支援センター桜の園の担当地域は  
**広面・横森・桜・桜ガ丘・桜台・大平台・蛇野**です。  
お住まいの地域によって、担当包括が変わります  
ので詳しくはお問い合わせください。



## 認知症のあれこれ

### 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、何か特別なことをするわけではなく、認知症の方や家族を地域や職場で温かく見守る応援者です。認知症を正しく理解し、もし身近に認知症の人がいたときにそっと見守る、そっと手助けをする方が地域に増えることを目指し、この講座を行っています。



講座受講者にはサポーターの証オレンジリングを差し上げます。

現在、65歳以上の約16%が認知症であると推計されており、2025(R7)年には65歳以上の高齢者の約5人に1人、国民の17人に1人が認知症になると見込まれています。“認知症”は誰もが関わる可能性のある身近な病気といえます。今回は広面地域包括支援センターにおける認知症の方やご家族、認知症予防についての取り組みをご紹介します😊

### 介護者の集いの場 「けあカフェ」

奇数月の最終水曜日の午後(7月は24日)、横森にありますさくら内科・糖尿病クリニックの待合室をお借りしてカフェを行っています。ご家族の介護をしている方や、内容によっては関心のある方を対象としています。途中入室、途中退席も可能です。お気軽にお越しください。



## 参加募集

認知症予防教室「**アタマとカラダの健康教室**」を行います。  
月2回、みんなで楽しく頭と体を動かしませんか？

日時：R6年7月～10月までの 第2・4水曜日 計8回 (お盆期間の場合は別日に振替)  
午前10：00～11：30

場所：東地区コミュニティセンター (いこいのホール) 費用：無料

対象：秋田市に住所がある65歳以上の介助なしで参加できる方

内容：認知症予防に関する講話、運動など

申し込みは、6/30(金)まで広面地域包括支援センターへ (申込者多数の場合は抽選とさせていただきます)



# 地域包括支援センターの活動紹介

「包括ってなにをしてくれるの？」  
「家族のことで困ってて…」等

## 高齢者の総合相談窓口

地域包括支援センターの

# 出前相談

無料  
予約不要

広面地域包括支援センター桜の園  
018-853-7240



## 出前包括はじめました!

5/24にいくとく広面店で  
今年度はじめての出前  
包括を行いました!

お気軽に  
お声がけください♪

次は…

6/25(火)午前中  
マルダイ広面店です!



## 地域の自主運動サークル

昨年度、包括主催で行った運動  
教室の皆さんが自主グループ  
として活動をはじめています!



毎月  
第一木曜日

運動後も  
みなさんお喋りしたり  
和気あいあいと活動  
しています😊

\*東地区コミュニティセンター



毎月  
第三木曜日

講師の先生を  
お招きして  
運動やウォーキングを  
企画しています!

\*東部市民サービスセンター  
イーぱる

## はっぴいクラブ



## はつらつ東部

まるっと

## おちゃっこ会

毎月第3火曜日開催!

6/18(火)14:00~16:00

7/16(火)13:00~15:00

【主催・お問い合わせ】

秋田市地域支え合いセンター(社会福祉法人秋田市社会福祉協議会 TEL:018-895-5033

【場所】

東部市民サービスセンターイーぱる

昨年の記録的大雨被害からもうすぐ1年になります。  
最近の出来事やお困りごとなど、お話しませんか?  
お茶とおやつを用意してお待ちしております。  
どなたでもお気軽にご参加ください。





はないかだ

# こんにちは！花筏会です

太平川の花筏のように人と人が手を取り合う地域で—

住み慣れた地域で、生きがいをもって生活できるように、社会参加で人とつながる「介護予防」と、助けあい・支えあいができる「地域づくり」に取り組んでいます。

2024年 6月 第2号

※平成27年度介護保険制度改正により創設された生活支援体制整備事業の一環です。

朝晩は肌寒い日もありますが、体調はお変わりないでしょうか？今年も猛暑になるとの予測が出ています。今時期から、熱中症にかからないようこまめに水分補給を行い、食事、睡眠もしっかり管理していきましょう。花筏会の活動にも是非ご参加ください。

皆さんの活動報告です！ 

## うきうきクラブ 5月「桜餅作り」

いつもは運動がメインですが、年に一度おやつ作りをしています。とても、美味しい桜餅ができました♪



## 花筏会「野菜作り同好会」

4月22日は、日赤看護大学の学生さんも実習の一環として参加されました。多世代交流の貴重な機会となり、楽しい時間を過ごしました。夏野菜も順調に育っています。





# 「そうだ！近場を探ろう」参加者募集！



## 第2回：補陀寺に行こう！

令和6年7月11日(木)10時半～12時

参加費：お一人300円 参加費はお礼代として使用致します。  
ご了承ください。 ※無料送迎付き(14名まで対応可能)

申し込みは6月17日(月)9時から。送迎は14名に達した時点で  
締め切りとなります。直接、現地へ来られる方もご連絡ください。

「極楽水」という湧き水があります。ペットボトルをご持参頂ければ、  
持ち帰り可能です。煮沸消毒後、お茶にして飲むのがお薦めとの事です。  
また、座禅体験もできます。椅子をお借りしますので、足や膝の痛みが  
あり正座が難しいという方も可能です。



## 第3回：生駒塗り、齋藤國男先生による「研ぎ箸作り」

令和6年9月17日(火)10時半～12時

参加費：お一人1,000円 ※当日、徴収致します。

募集人数：20人程度

場所：東地区コミュニティセンター「いこいのホール」

申し込みは6月17日(月)9時から。現地へ直接お越しください。

漆を塗った箸を研ぎ模様を出していきます。生の漆ではないのでかぶれないそうです。  
汚れてもよい服装でお越しください。エプロンなどあれば持参ください。ビニール手袋  
はこちらで用意致します。

第4回は、11月頃「朗読会」を予定しております。年間4回実施する  
予定です。是非、ご参加ください。

【申し込み、お問い合わせ先】

広面地域包括支援センター桜の園

電話：018-853-7240 E-mail：[07h19-hhskn@oukyukai-akita.jp](mailto:07h19-hhskn@oukyukai-akita.jp)

生活支援コーディネーター 鷲頭 美樹

担当地域：広面・横森・桜・桜ガ丘・桜台・大平台・蛇野