

# 東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2023年6月1日(火) 発行 [第205号]

## “喫茶ぼうよう” オープンします!



コロナ禍の影響により長らくお休みしておりました、地域の皆さんが「気軽に」通える「身近な」集いの場“喫茶ぼうよう”を、このたび再開することになりました。

時間内の出入りは自由となっております、参加費 100 円でメニューの飲み物のおかわり自由です。

暖かい陽気の中、久しぶりに外出しておしゃべりや交流を楽しみたい時、買い物帰りやサークル帰りにホッと一息つきたい時、好きな時にお一人でも。お友達と一緒にでも・・・

どんな時でも、気軽に「ふらり」と立ち寄っていただける地域の憩いの場として活用いただけるとう幸いです。

### ☆オープン日時☆

■令和5年6月22日(木)

■午前11:00～午後1:00 (時間内出入り自由)

■場所：望洋ふれあい交流センター

“ふれあい広場”

■参加費：100円 ※飲み物(おかわり自由)代として

「大きな木」さんのパン販売もありますよ～♪



### ～東部南の“さくら便利”～

「釧路三大桜」の名所、小笠原さんの桜を今年も撮影させていただきました。

以前、“水彩画名人”として登場いただいた、小笠原さんに、ご夫婦でモデルとなっておりました。

今年の桜の季節は過ぎてしまいましたが、来春も満開に咲き誇る素敵な桜を見せたいと思います😊



# ☆地域の“キラリッ”活動紹介☆

## ㊦「桜ヶ岡緑町内会」～東部南包括“出前講座”おじゃました～

5/21(日)“包括支援センターでどんなところ?”をテーマに、30分の出前講座に伺いました。当日は田仲会長はじめ、役員、班長、たくさんの皆様にお集まりいただきました。認知症地域支援推進員の上野より、認知症や介護に関する全般的な説明、後半は池田より地域活動や介護予防について、お話しと脳トレのミニ体験を行いました。参加者の皆さんから活発な質問もいただき、私たち職員を身近に感じていただくきっかけになれば幸いです😊



### 《出張相談会》

東部南地域包括支援センターでは、6/15(木)9:00~11:00  
しんくみ桜ヶ岡支店「釧路信用組合」にて、包括職員が健康や介護等の相談に応じる「出張相談会」を実施します。



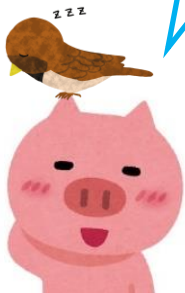
相談会では、介護予防の取り組みなど健康のために通える場所の紹介や、「基本チェックリスト」の体験、介護の手続きについてのご相談や健康相談などを行います。「最近体の調子が気になって…」

「介護の手続きってどうするの?」「健康のために通える場所ってあるの?」「介護と仕事の両立について」などなど…お気軽にお立ち寄りください!

**“発見! 東部南の〇〇名人”取材、町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動等、地域活動へおじゃまして頂きます! 今回の“キラリッ”でもご紹介させていただいた、老人クラブ、町内会、サロンへでの介護予防やフレイル予防の講話・体操、認知症や介護保険についての講話等、「ちょっとこんな話を聞きたいのだけれど…」というご相談もお気軽にどしどしお寄せください!**

また、**新たな集いの場の立ち上げ**の相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい。地域の皆さんと一緒に考えながら、楽しく地域活動のお手伝いをさせていただきます。お声がけおまちしております😊

〈担当〉生活支援コーディネーター：池田



釧路市東部南地域包括支援センター 2023年6月1日(火) 第205号

東部南地区人口 20,167人(全市159,014人の12.6%)・高齢化率 44.6%(全市35.4%)・R5.3現在

住所：〒085-0813 釧路市春採4丁目10番15号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話：0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX: 0154-41-2588

URL: <http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

