

# 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

2024年5月1日(水) 発行 [第216号]

## 令和6年度も地域包括支援センターをよろしくお願い致します！

令和6年度がスタートいたしました。早いもので地域包括支援センターも開設より18年が経ち、地域の皆様のご協力のもと地域包括ケア体制の充実に向けての取り組みを進めてくることができました。地域包括ケア推進の中核的な機関として、高齢者が住み慣れた地域で尊厳を保持し、その人らしい生活を維持できるよう、ネットワーク機能の構築、権利擁護業務や認知症支援等の機能強化、介護支援専門員支援等の充実を目標にこれからも1つずつ勉強と経験を重ね、地域の福祉に少しでも貢献が出来るよう頑張りたいと思います。

今年度、東部南地域包括支援センターは下記のスタッフにて地域の皆様からのご相談をお待ちしております。どうぞよろしくお願い致します。

〈センター長 赤間 諭〉

センター長	赤間 諭
保健師等(看護師)	大良 卓哉
生活支援コーディネーター	池田 沙織
主任介護支援専門員	日野澤 ひとみ
主任介護支援専門員	北山 里美
社会福祉士	中島 輝義
認知症地域支援推進員・ 地域支援コーディネーター	上野 文那
介護支援専門員	中村 千寿子
事務員	阿部 美佐子
調査員	池田 日奈子



前列左から大良・赤間・池田(沙)・中村  
後列左から日野澤・中島・上野・阿部・池田(日)・北山



よろしくおねがいします！

## “白樺マル健クラブ” 参加者募集中！



6月7日(金)より、東雲小学校を会場に“白樺マル健クラブ”を年間8回(6・7・8・9・11・12・1・2月)開催予定です。内容は、理学療法士の先生による運動講話、セラバンドを使った運動、ストレッチ、管理栄養士の先生による栄養講話等のプログラムを予定しております。また、東雲小学校4年生の皆さんと参加者さんによる“地域交流”も、年間4回程度予定しております。おしゃべりを楽しみながら一緒に介護予防に取り組まいませんか？「どんなことをやっているのかちょっと体験してみたい！見学してみたい！」等、興味をお持ちいただいた方は、お気軽に池田までご連絡ください😊

# ☆地域の“キラリッ”活動紹介☆



## ⑤9 “益栄老人クラブ茶話会”

4/18(木) “益栄老人クラブ茶話会”におじゃましました。この日は、消費者被害防止と、介護予防のお話をさせていただきました。その後、レクリエーションとして、輪になって“タイとタコ”や雀を捕まえる手遊び等を行いました。皆さんも私も大笑いしながら活動し、相手の手をつかむレクでは、皆さん反応のスピード



が上がるとつれて、手にも力が入り、「汗かくね～力はあるね」「や～笑ったね」と話しながら活動されていました。地域の仲間が定期的に集まり顔を合わせ、おしゃべりや食事を楽しむ温かな“憩いの家”でのひと時でした😊ありがとうございました。

## 「喫茶ぼうようへ！いらっしゃ～い♪」

冬期間休業しておりました“喫茶ぼうよう”ですが、6月より夏期営業をスタートすることになりました。ぜひ！遊びに来てくださいね～♪

### ☆6月のオープン日時☆

■令和6年6月27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

😊大好評！“ギャラリーぼうよう”も開催予定

笑顔がステキなマスター&ママさん達が淹れる美味しいコーヒーと楽しいひと時を！



“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させていただきます！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！😊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 2024年5月1日(水)第216号

東部南地区人口 19,621人(全市155,880人の12.5%)・高齢化率 45.0%(全市34.9%)・R6.3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>

