

令和3年度  
第48号  
2021年8月10日発行



# 地域包括支援センター つつじの郷

第二圏域 ( 担当地域：東弁財・西弁財・三原・泉水  
膝折町3丁目2～7・膝折用4丁目12～13  
膝折町4丁目15～22・大字溝沼・大字浜崎 )

こんにちは。  
地域包括支援センターつつじの郷です。

フレイル予防のため「ラジオ体操」を実施いたしました。今後はコロナ感染予防状況、お天気などを考慮しつつ月2回（第2・4水曜日）開催していく予定です。マスク着用の体操になりますが、皆様のマスクの奥でこぼれる笑顔をお見掛け出来大変うれしく思います。

**\* 感染拡大防止に注意しながら事業を行いました \***

- 涼しい服装
- 日陰を利用
- 日傘・帽子
- 水分・塩分補給



## 2021年5月20日 「第1回 地域ささえあいネット講座 60代からの楽々片づけ術」

簡単なチェック方法で自身の「利き脳」を調べ自分に合った片づけ方法を学びました。参加者からは新しい発見！是非試してみたい等の声を頂き熱心にメモをとる姿が見受けられました。



## 2021年7月10日 「認知症サポーター養成講座」

今回は土曜日に開催したため若い方の参加もあり、30歳代から80歳代の方まで幅広い年代の方々に参加していただくことができました。講座の前半では認知症疾患の種類と検査・治療方法などについて学び、後半では認知症予防体操（コグニサイズ）や職員による寸劇や動画上映を行い、対応方法や本人・家族の実際の気持ちを学びました。参加者の方々からは「飽きずに楽しみながら参加できた。」「自分自身を振り返る良い機会になった」とのお声も数多くいただきました。



第二層協議体  
「楽しみ隊」  
3か月に一度  
「つながり  
タイムズ」  
を発行してい  
ます。

電話番号  
**048-472-1574**  
月曜～金曜日  
(年末年始・祝日除く)  
朝9時～  
夕方5時まで

