_{糸島市} 前原西地域包括支援センター便り

No.2(年4回発行) 令和4年10月1日 糸島市前原西 地域包括支援センタ



「みんなの支え合いで、住み慣れた地域でのいきいきあんしん生活」の実現に向けた取り組みが

行われています。

住民主体の通いの場

「地域ささえあい通いの場 かむり」









00

地域の集会所に週1回集まってます

運動機能向上プログラムを 基に運動を行い、みんなで 介護予防に取り組みます



- ☑ 定期的に運動をする
 - ⇒健康づくり・体力がつく
- ☑ 自宅の近くにある
 - ⇒閉じこもり防止につながる
- ▼ 住民同士の交流の場⇒仲間ができ
- 住民がお互いにささえあい、見守る情報交換の場にもなる⇒居場所ができる。



地域包括支援センターは、このような集いの場の立ち上げから、運営・参加者案内など、 一連の活動を支援しています。ここで築いた関係は通いの場だけに限らず 「地域の力」 にもつながり、たくさんの効果が期待できます。



集いの場を、 創ってみませんか?

地域の集いの場に出かけることで、閉じこもりを防いだり、 沢山の方と交流することで、自然と活力が湧いてきます。 また、集いの中で色々な情報を共有することで、地域の中 での見守りなどにもつながります。

集いの場については、色々な活動の仕方があります。 気の合う仲間、趣味の仲間、地域への貢献・・・ 私たちの地域にも、集いの場を創ってみませんか?

その他の集いの場の例 『認知症カフェ』



認知症カフェとは、認知症の方とその家族、地域住民 や専門職等が気軽に集い、交流・相談ができる集いの 場です。糸島市では、8カ所あります。 (R4年8月現在)

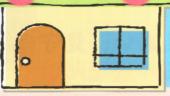
糸島市では、集いの場を創設・運営する個人や団体に対し、 助成金の交付などの支援をしています。

認知症カフェ

ささえあい通いの場 開設! 運営!!

応援します

空き家・集会所の 活用もOK!



詳しく知りたい! 興味がある! という方は、ぜひ 当センターにご相談 ください

- ■糸島市前原西地域包括支援センター(担当圏域:前原・南風・加布里校区)
- ■住所:福岡県糸島市富508-4(特別養護老人ホーム「富の里」内)
- ■開所時間:月~土(祝日、12月29日~1月3日を除く)8:30~17:15
- *ただし、緊急の場合は休日・夜間・早朝などの時間も対応します。
 - **a**: 092-324-5600 Fax: 092-324-5610

E-mail: maebarunishi@jiaikai-fuk.or.jp