

星が丘地域包括支援センター

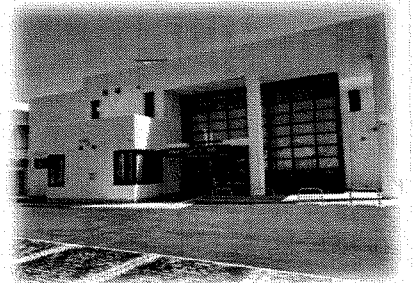
4月

公民館再開！！

4/1 やよい亭
4/8 カフェ
4/15 毎週月曜日
4/22 10:30～12:00
どなたでも
参加可能



昨年春から長寿命化改修工事のため閉鎖していた星が丘公民館が4月14日(日)から再開。いち早く外観やネームプレートを見た方から「ピカピカになって気持ちいいわね」とのお話がありました。星が丘地域包括支援センターでも、大会議室などで皆様と介護予防教室や地域の集まり等でお借りする事が多い公民館。1年は結構長いな～と思っていましたが、あっという間でした。中はどんな風に変わっているのか楽しみ。今年度も、皆様と一緒に楽しい思い出を作っていきます！



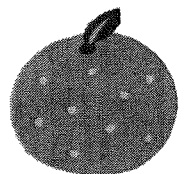
すずかけオレンジカフェ 再スタート

上記のように公民館大会議室の利用が再開となり、長らく準備中だった「認知症カフェ すずかけオレンジカフェ」も再開です！
コーヒーを飲みながら楽しくお話をしませんか。今後は毎月イベントを企画し皆さまとより楽しく過ごせるよう準備していきます。どなたでもご参加できます。スタッフの温かい笑顔でお待ちしております。

日時. 4月23日(火曜日) 10時から11時半

場所. 星が丘公民館 大会議室

費用. 100円 (4月は再開記念で無料、
5月も8周年記念で無料です)



予約不要です。センター職員や地域のケアマネさんも参加していますので会場で介護のことや生活のことのご相談も可能です。

詳しくはこちらまでお問い合わせください。 ☎ 042-758-7719

心のつながり つなげていこう星が丘

【星が丘の集い場】

やよい亭! 2年目!

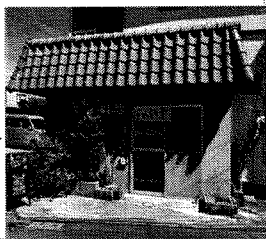
令和4年にオープンしたやよい亭が今年の春で2年が経ちました。コロナ禍の中で始まった集い場も、参加される方も増え、徐々に皆様との交流が持てるようになってきました。散歩の休憩所、誰かと話したい等、さまざまな目的で利用して頂いても構いません。

【毎週月曜日(祝日休み) 10時半~12時
星が丘1丁目、星が丘小学校前信号の
交差点から歩いて1分!】

お気軽にどうぞ!

【問い合わせ】

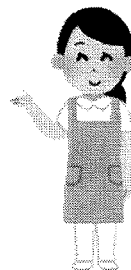
星が丘地域包括支援センター
042-758-7719



【専門職コーナー：介護支援専門員】

ヘルパーさん少ないの？

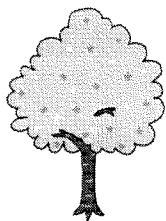
2000年に介護保険が始まり介護サービスを利用する方も年々増えています。その中でサポートするヘルパーさんの需要も増加しました。ヘルパーさんは自宅訪問だけでなく介護施設や病院で働く方も多く、どこも人手が足りなくなっています。本当に介護の支援が必要な方へのサポートが、届かない場合も出てくるかもしれません。サービスを利用する事も大事ですが、今のうちに介護にならない身体作りや日頃、ちょっとした事を頼める地域の方とのつながりを持っておくことも大切です。



さくら咲く

3月下旬、今年も桜が市役所通りに咲き始めました！この時期だけの楽しみ！町がピンク色に染まり穏やかな気持ちになります。今回は春らしい介護予防の合言葉を作りました。

- ㊦ わやかに
- ㊦ ち笛 吹いて
- ㊦ くや苦も
- ㊦ さんぽで健やか
- ㊦ らしてる



身体も頭も動かして介護予防！
皆さんも頭の体操！合言葉考えてみましょう！

防災の知識

【外出時はあせらず】

高齢になると決まった時間に病院に行ったり、買い物に行ったりと同じ場所を歩く事が多くなります。そんな時、日頃歩いている道にどんな危険があるか考えてみましょう。避難できそうな広い場所は？何か落ちてきそうなものは？しばらく待機できそうなお店は？まずは自助です。ご自身で出来る避難行動の準備。イメージしておけば、いざという時に心落ち着かせて行動が出来ます。

