

令和6年度 いきいき教室 年間スケジュール予定

《 年間テーマ：認知症+フレイル予防 》

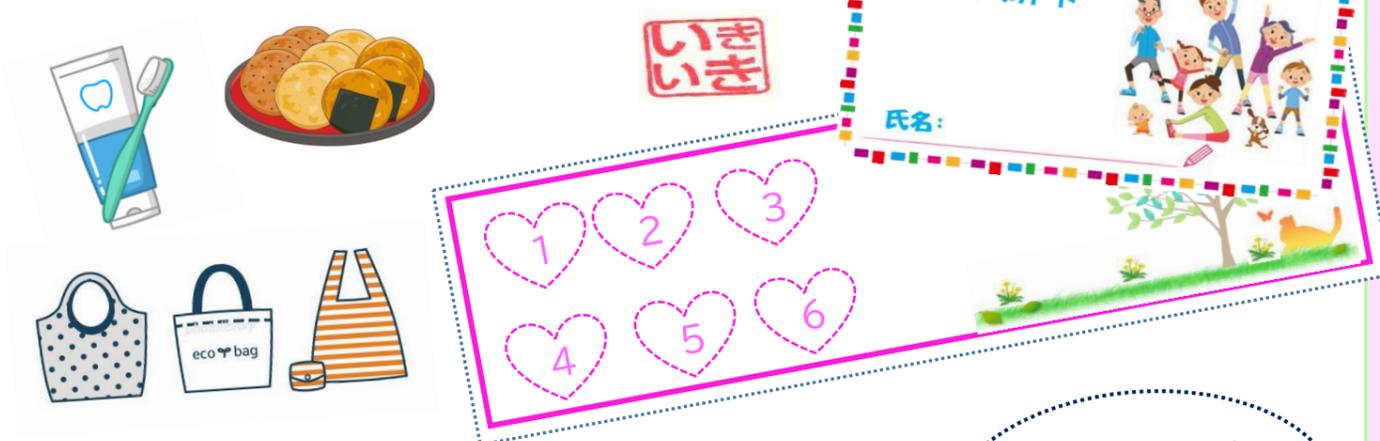
5月	認知症の最新情報(お薬など)
7月	認知症の方の介護者支援
10月 (休日開催)	認知症の早期発見 及びフレイル予防
12月	認知症の早期発見 (早期対応に向けて)
2月	認知症の対応方法 (オレンジサポーター養成講座)

以下の会場にて開催予定です

- ・むつみ会館
- ・上ノ丸会館
- ・複合型交流拠点ウイズあかし
- ・花と緑のまちづくりセンター
- ・桜町会館

☆詳しい日程や会場は未定ですが、どの教室も時間は13:30~15:00で開催予定です。
☆詳細については、きんじょう・きぬがわ総合支援センターまでお問い合わせください。

いきいき教室に参加されたらスタンプ1個押印！
スタンプ2個たまったら記念品の贈呈があります♪



居場所・交流の場を
一緒に作りませんか？
地域活動活性化の
お手伝いをしま〜す！

がんばり
ま〜す

《問合せ先》 この記事のお問い合わせは下記へご連絡ください。

発行元： 錦城地区まちなかゾーン会議
事務局： きんじょう・きぬがわ総合支援センター
所在地： 明石市相生町2丁目5-15 明石市役所北庁舎
電話： 078-915-2631 FAX：078-915-2632

2024年春号



前会長の飯村先生のご勇退に伴い、錦城地区まちなかゾーン会議の会長を拝命しました小野と申します。産婦人科として上ノ丸で開業をしております。科目的に女性や若い世代が多く、介護・介助を必要とする方々へのお手伝い等はまだまだ勉強不足です。皆様とともに、老若男女問わず地域の皆様の笑顔を増やすお手伝いができればと思っております。若輩者ですがよろしくお願いいたします。
錦城地区まちなかゾーン会議 会長 小野晶子 (あきこレディースクリニック 医師)



令和5年度はこんなことをしました！

夏まつり

8月19日に明石小学校にて行われた夏まつりに出展しました！
500人以上の方に握力測定や、高齢者や妊婦の疑似体験をしていただき、おみやげの駄菓子も好評でした！！



いきいき教室 (全6回)

5月：こころの健康
7月：食べて元気にフレイル予防
9月：腰や膝関節の健康講座
11月：今日から始める口腔ケア
1月：認知症のお話し
3月：介護保険制度
どの教室も大盛況で、定員いっぱいのご参加をいただきありがとうございました！



まちなかゾーン会議とは…



錦城地区まちなかゾーン会議は、地域の皆さんの代表者と地区内の保健・医療・福祉などの関係者が連携をとり、だれもがいつまでも安心して暮らせる地域づくりを目指して活動しています。

【構成メンバー】

●医師会 ●歯科医師会 ●薬剤師会 ●地区社会福祉協議会 ●民生児童委員協議会 ●高年クラブ明石小学校地区連合会 ●明石校区自治協議会 ●ボランティアグループ ●明石小コミセン ●居宅介護支援事業所 ●訪問看護ステーション ●デイサービスセンター ●明石市健康推進課 ●きんじょう・きぬがわ総合支援センター

認知症になってもならなくても住みやすい地域を目指して ～構成メンバーよりメッセージ～

民生・児童委員協議会

誰もがその立場になる可能性が…
だからこそ、自分だったらしてほしいことを、相手にもしてあげて！
きっと素敵な地区になります。

居宅介護支援事業所

認知症の方が住みやすい地域とは、インフォーマルを含め多様な支援者が『その人らしい生活』を実現するために協力し合う事だと思っています。ケアマネジャーとしてその一翼を担えればと考えています。

訪問看護事業所

自宅へ訪問し、病気や障がいに対するの困り事に一緒に取り組んでいます。この地に住んで良かったと思ってくれるよう頑張ります。

明石市医師会

明石市から依頼を受け、認知症で受診を拒否している方に行政や支援センターと共に訪問し通院・入院にむけてのフォローをしています。

高年クラブ

仲間とともに健康・生きがいづくりや学校等に雑巾を配布する奉仕活動を行っています。活動を通して支え合い楽しく活動が出来る所です。

明石市薬剤師会

「かかりつけ薬剤師・薬局」は薬の専門家として、他の医療職・介護職と連携し、住み慣れた地域での安心した暮らしを支援します。

明石市歯科医師会

日々の食事をおいしく頂く事は健康寿命を伸ばす上でとても大切です。歯のメンテナンスをしっかり行い、元気で長生きしましょう。

ボランティア活動

誰もが楽しく集え、日々健やかに過ごせることを願い、演技鑑賞や物作り・ゲーム・口腔体操・脳トレ・歌・体操等を行っています。

町内会

町内会の「高年クラブ」や「ひまわり会」の講座で、認知症について基本的なことや予防対策について学んでいます。

あかし保健所 健康推進課

健康づくりの大切さを伝え、実践してもらえようサポートしています。健康に関することでお困りのことがあれば、お気軽にご相談下さい。

地区社会福祉協議会

認知症は、団塊世代がもうすぐに80才代を迎え確実に増えるでしょう。いきいき教室で、元気、気力とポイント獲得の楽しみに応えたい。

介護サービス事業所

「第2の我が家」をモットーに利用者を中心に支え合う地域のネットワークづくりをおこないます。

明石小学校コミセン

地域のコミュニティの場として、健康教室や各種サークル等の活動に教室を貸出することで、認知症予防を目指しています。

地域総合支援センター

認知症も災害と同じで「だれもが」がキーワードです。予防と一緒に「もしものときの備えシート」の活用を推進しています。