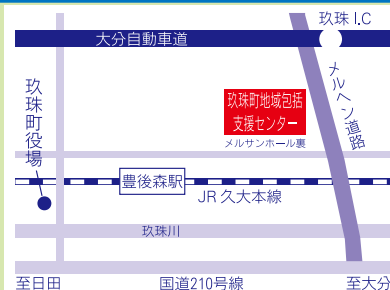


ほうかつセンター便り

〒879-4405 玖珠町地域包括支援センター

大分県玖珠郡玖珠町大字岩室24番地の1 TEL(0973)72-7154
(老人福祉センター内) 令和8年8月発行 第44号



最近こんなことはありませんか？



階段を上るのがつらい



家事も休みながら



転びやすくなった



最近では意欲がわからない

年だから「もうできない」とあきらめていたことを
『まだできる』、『まだできる』に変えましょう



荷物をもって歩ける



野菜を作れるように



また散歩をはじめた



家事をしても疲れにくい

短期集中予防サービスとは？

3ヶ月間教室に通って、専門職の指導によるストレッチ
や筋力トレーニングを集中的に行います。

また、自宅を訪問して運動の効果の確認も行います。



運動・口腔・栄養の相談やお話も聞けます！

玖珠町短期集中予防サービス《元気マッくす》

内 容：健康チェック、口腔・栄養チェック、ストレッチ、筋力トレーニング等

期 間：週1回3ヶ月間

訪 問：家庭訪問にて生活の状況を確認（2回程度予定）

事業所：通所リハビリテーションウォーク、合同会社あ・らく

対象者：玖珠町に住む65歳以上の方で、要支援1、2及び事業対象者

費 用：1回あたり500円 ※負担割合証に基づき1割負担の場合



大分県の紹介動画はコチラ



まずは玖珠町地域包括支援センターへお気軽にご相談ください

🍊 認知症地域支援推進員からのお知らせ 🍊

認知症介護者ミーティング に参加してみませんか？

認知症介護者ミーティングとは、認知症の方を介護するご家族や支援者のための集いの場です。日頃から認知症介護のことで、戸惑ったり悩んだりしていませんか？

同じような悩みを持つ方はたくさんいます。一人で抱え込まず、相談できる人や地域とつながり、気持ちを共有することでリラックスできる時間や学びの機会を一緒に作りましょう。認知症介護経験者の方の参加もお待ちしています。経験者の方からの言葉もとても貴重です。ぜひ、みなさんの声を聴かせてください。

介護者ミーティングの様子

認知症介護の悩み等を話す場としてももちろんですが、日頃の介護から少し離れてリラックスできる癒しの場になればと、おやつ作りや音楽鑑賞、アロマ作りなども行いました。

今年の春には、くす雑談会（認知症当事者の会）と共同開催をし、久留島武彦記念館や三島公園へお花見にも行きました。



9月は『認知症月間』 9月21日は『認知症の日』

令和6年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」にて、国民の間に広く認知症についての関心と理解を深めるため、9月21日を「認知症の日」、9月を「認知症月間」と定められました。玖珠町でも多くの方に認知症についての理解を深め、関心を持っていただけるよう活動をしています。

【機関庫のライトアップ】



豊後森機関庫を認知症
シンボルカラーのオレンジに

【街頭普及啓発活動】



道の駅くす・Aコープ玖珠店
にてティッシュ配布

【図書イベント】



町内の学校や図書館に認知症関連の
書籍を置かせていただいています

お問い合わせ：玖珠町地域包括支援センター

☎ 0973-77-2056

担当 岩尾／武石 まで