

# ささえりあ富合便り

熊本市高齢者支援センター  
ささえりあ富合  
熊本市南区富合町廻江599-4  
☎ 096-358-5556



## 小岩瀬サロンが始まりました！！

令和6年1月20日、富合町の地域サロンとしては16か所目の「小岩瀬サロン」が発足いたしました。当日は天気もよく公民館には続々と住民の皆さんが集まり、総勢25名の参加がありました。自治会長より開会の挨拶があり、ささえりあ富合より「サロンについて」の講話、熊本地域リハビリテーション広域支援センター（にしくまもと病院）よりいきいき百歳体操（熊本バージョン）の体操指導を実施し重りを使って真剣に取り組まれました。またお世話役さんによるビンゴゲームが行



われ、「あとひとつでビンゴ!」「5でろ!!」「そろった!」と皆さん大盛り上がりでした。小岩瀬サロンは毎月10, 20日13:30～小岩瀬公民館にて開催されています。ぜひ、大人からお子さんまでお誘い合わせのうえ、ご参加してみたいはいかがでしょうか。

ささえりあ富合では、サロン活動の情報や立ち上げ支援などのお手伝いをしてあります。お気軽にご相談ください。



## 認知症サポーター養成講座を開催しています♪

令和6年1月22日「いきいき碓江サロン」で認知症サポーター養成講座を開催しました。講師はグループホームヒューマンケア富合の施設長荒木剛史先生にご依頼し、認知症についての基礎知識や接し方のポイントなどわかりやすくご講話頂きました。受講いただいた18名の皆様からは質問なども多くあがり、症状に対する対応方法や認知症の専門医の紹介なども行い有意義な時間となりました。

ささえりあ富合では、各地域や団体向けに認知症サポーター養成講座の開催等を行っています。ご興味のある方はささえりあ富合までご連絡ください。



## 「脳の健康教室」参加者大募集♪

脳の健康教室では、くもんの学習教材に取り組みながら、脳の健康づくり（認知症予防）をはかるとともに、教室サポーターの方々と一緒に毎週金曜日に心も身体も楽しく元気に認知症予防・フレイル予防に取り組まれています。

送迎や体験会もありますよ！



開催日時：毎週金曜日 午後2時～午後3時30分

開催場所：富合地域コミュニティセンター 参加費：月2,500円（教材費）

教室内容：教材を使ったの楽習（学習）／健康体操等／レクリエーション等  
ご興味のある方や、お問い合わせは、ささえりあ富合（096-358-5556）までお気軽にどうぞ♪



## 第23回 快護の輪（家族等介護者教室）が開催されました！

令和6年2月17日に熊本市富合老人福祉センターで第23回快護の輪が開催されました。快護の輪とは、にしくまもと病院と共催で開催しているもので自宅介護をしている方や興味のある住民に向けた講話（家族等介護者教室）となっています。今回は「こことからだを知る～寄り添った介護のポイント～」を



テーマに開催し、19名の参加がありました。最初に訪問看護ステーションひとつなの日向愛美精神保健福祉



士より心理面や精神面などのところについて特徴とかかわりなど講話を行った後、身体面としてボディーメカニクス（「最小限の力で介護ができる介護技術」の一つで人間の関節や筋肉骨が動作する際の力学的関係を利用したもの）を使った介助方法についてにしくまもと病院横田航理学療法士より実際に

ステージ上で実演をしながら講話がありました。参加者からは、「介護の仕方はとても参考になった」「介護は身体の介護のやり方も大事だが介護する側とされる側の精神面も考えながら介護しなくてはならないとわかった」「夫が認知症で真剣に参加させていただきいろいろと勉強になりました」など多くの声を頂きました。快護の輪は、年に2～3回程度開催しておりますので、ご興味のある方は是非ご参加ください。

## 人生会議セミナー合同開催！

令和5年12月22日、富合圏域と城南圏域の医療や介護、障がい関係の事業所を対象に、火の君文化センターにてささえりあ城南と合同で人生会議セミナーを開催しました。令和5年7月にはアスパル富合にて1回目の合同開催をしており、今回で2回目の開催となります。にしくまもと病院林名誉院長より、最期をどのように迎えたいかをテーマに講話があり、私の想い手帳を記入する体験やメッセージノートの紹介などこれからの人生について



家族と話し合う機会をもつことの大切さを伝えていただきました。参加者からは「利用者の方やそのご家族の思いに寄り添うことができればと思う」と感想がありました。福祉の専門職として、また自分自身のこととして人生の最期について考える有意義な時間となりました。

## 御船手地区インタビュー



御船手地区へまちづくりセンター企画の自治会取材としてお邪魔させていただきました。地域の方と数々の名所を回りながら、歴史について学ぶ貴重な機会となりました。また、自治会長の地区に対する想いも対話を通して知ることができました。地域の名所については「アスパル」第18号にて掲載されていますので是非ご一読ください。今後も各地区の特色や体制、地区自慢などを知る機会として、富合まちづくりセンター様と一緒に回らせていただく予定です。よろしくお願いたします。



高齢者支援センター  
ささえりあ富合

ささえりあ富合は、高齢者の皆様に住み慣れた地域で安心して生活できるように支援を行う総合相談窓口です。お気軽にご相談下さい。

☎ 096 - 358 - 5556