

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



～最後まで自分らしく～ 人生会議セミナーを開催！



6月25日 富合校区健康まちづくり推進員の方々へ、にしくまもと病院 林名誉院長を講師に迎え、『人生会議セミナー』を開催しました。参加者は24名、講話の内容ではご自身やご家族の人生の終末期を、最期まで自分らしく過ごすために、人生会議の必要性や現在の在宅医療について、より分かりやすく説明していただきました。在宅医療については皆様の興味関心も高く、かかりつけ医への相談方法など具体的な質問も上がっていました。

7月3日には熊本市南部地区老人クラブ連合会会員の方々向けにも『人生会議セミナー』を開催しました。当日は川尻公会堂にて行われ、総勢53名の方が参加くださいました。人生会議セミナーを初めて聞かれる方もおられ、林名誉院長の実体験を踏まえた内容を聞き、人生会議の理解を深められ、「これからのことを考える機会になった」と話をされた参加者もいらっしゃいました。

南区では人生会議の大切さを知っていただく機会として、地域住民向けに啓発イベント『人生会議の日』のイベントを毎年開催しています。また、人生会議セミナーの開講のご希望も随時受け付けています。ご相談はささえりあ富合までご連絡ください。



* 木原・平原の老人クラブへご支援に伺いました *

木原老人会

6月1日 木原老人クラブで『フレイル予防と健康寿命延伸』について出前講座を行いました。当日参加者14名へフレイル（健康と要介護の中間にある状態で、加齢に伴い心身が衰え、社会とのつながりが減少した状態）について説明し、普段の生活に取り入れられる簡単な運動や生活習慣病を予防するためのポイントなどお伝えしました。



平原老人クラブ

6月29日 平原老人クラブでは『介護保険について』と『熱中症予防について』出前講座を行いました。当日参加者18名へ、熊本市介護保険ガイドくまもと介護知得(しっとく)情報を用いて、介護保険制度や認定までの流れ、在宅で利用できるサービスについてお伝えし、熱中症予防については暮らしの中でできる対策や注意点などをチラシを用いて注意喚起をしました。



* ささえりあ富合では、様々な内容の出前講座を実施、紹介を行っています。聞きたい内容や講座などがありましたらお気軽にご相談ください。

南区通いの場交流会を開催しました！

7月1日『南区通いの場交流会』を開催しました。南区福祉課主催にて、南区6か所のささえりあ生活支援コーディネーターが中心となり、南区で通いの場を運営している方々を対象に、交流と情報交換を目的に毎年開催しています。南区の4会場をオンラインで繋ぎ、28団体49名の皆さんに参加いただきました。



南区介護予防動画

交流会では昨年南区で作成した南区オリジナル介護予防動画の紹介を動画制作に関わられた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)やケアサポートメロンDEKIRU、ひまわり在宅クリニックの方々にも協力いただき、運動・口腔・栄養それぞれの動画に合わせ専門職の方々から解説いただきました。意見交換では動画に対する感想やご意見、他校区の活動について情報交換を行いました。今回動画に関して頂いた意見を参考に、また新たな介護予防動画の制作も予定しています。是非地域で、家族で、個人でご活用いただけると幸いです。

平原サロン 認知症サポーター養成講座開催☆シ

7月16日 平原健康づくりサロンを対象に『認知症サポーター養成講座』が行われました。参加者は20名、認知症について当事者やご家族の思い、基礎知識や予防体操、地域でみられる事例の動画視聴を通して、認知症を身近なものとして学んでいただきました。参加者の皆様は熱心に話を聞かれ、「認知症と聞くと不安なことが先に浮かんでいましたが、地域で皆が安心して生活していけるように、病気を理解していきたい」と感想をいただき、これからの地域づくりに活かしていただければと思います。



富合小学校4年生 総合的な学習『福祉を学ぶ』



7月8日 富合小学校にて総合的な学習『福祉を学ぶ』が行われました。富合小学校では4年生の総合的な学習の時間を通して、多様性の時代にこども達自身が福祉の心をもって課題を自分たちで見つけ学ぶことを目的とし『みんなが暮らす富合町とはどんな町か』をテーマに学習が行われています。今回その始めとして障がい者相談支援センター絆より福祉について講話が行われました。講話を通してこども達からは「障がいの方の施設や身体以外の障がいがあることを知らなかった」「心や身体、生活によって悩みが違うから相手の目線に合わせて話を聞きたい」等感想が上がり、学びを深めていました。

地域イベントのご報告 ～上杉こども祭り～

7月20日 上杉公民館にて『上杉こども祭り』が行われました。上杉地区自治会とこども会保護者の協力で開催され、屋内外に手作りのストラックアウトやスイカ割りお手玉ピンゴゲーム等のブースが作られ、こども達は暑さにも負けずゲームを楽しんでいました。メインイベントでは10メートル程あるそうめん流しが行われ、そうめんが流れるたび歓声と笑い声が聞かれていました。良いこども達の夏の思い出となったと思います。地域の多世代交流の場として、活気のある活動が行われていました。

