

おおの地域包括支援センターだより

2023年

～いつまでも元気に暮らせる地域をめざしてお届けします～

発行元：青森市おおの地域包括支援センター

住所：青森市東大野2-1-10 電話：017-711-7475

44号

ウォーキングやっています!

あじさいウォーキング

毎週火曜日 10時～11時
大野中央公園

昨年も実施していましたが「あじさいウォーキング」。冬期間はお休みしていましたが、暖かくなり歩きやすくなったので5月よ活動を再開しています。

参加条件はなく、一緒に歩きたい方は大歓迎! 熱中症対策をしながら、準備運動をして一緒に歩きましょう!

雨天の場合は中止になります。

詳細はおおの包括まで。



いきいき水曜会

毎月第4水曜日 10時～11時
西大野会館

西大野会館で集まってストレッチや筋力トレーニング、脳トレを行っています!

一緒に楽しく運動しませんか?

参加は無料! 気になる方はぜひのぞいてみてください!



認知症サポーター養成講座

7月22日 開催!

10時～11時半

場所：大野市民センター

申し込み：電話 711-7475
QRコードから・



参加者からのコメント

3月29日に西大野会館で開催しました養成講座では、認知症の基礎知識や、対応の仕方などについて学んでいただきました。

高齢の方のみならず、若い方にも幅広く参加していただき、「これからは自信を持って対応できそう。」「地域のために活動したい!」など、たくさんの意見や感想をいただきました。

チームオレンジ研修会

3月18日(土) 13時半～16時 inアピオあおもり

「チームオレンジ」とは、地域の認知症の方やその家族の声や希望を聞き、できることから支援をしていく認知症サポーターによるボランティアチームのことです。

各圏域の包括支援センター職員と、認知症サポーターが集まり、活動報告や取り組み、認知症の方へのインタビュー紹介など、盛りだくさんの内容で研修会が行われました。

おおの包括では、R4年6月に「つながり隊」という名前でチームオレンジを結成しています。つながり隊から活動報告をしたところ、「参考になった!」「自分たちも同じように活動していきたいです!」などの感想をいた



ほっとカフェ

営業中

毎月・第4金曜日 10時～11時半

会場：わかみや会館

誰でも参加できる地域交流の場です。
認知症なんでも相談、お薬や健康相談、
介護相談も受け付けています。

認知症予防のミニイベントも実施して
いますよ。

今年度は活動場所を広げて「移動カフェ」
の開催を予定しています。今まで遠くて
参加しにくかった方も、是非見学・ご参
加ください！



年間予定

開催日時は変更する場合があります。
詳細は包括へご連絡ください。

- ・ 4月28日（金）
- ・ 5月26日（金）
- ・ 6月30日（金）
- ・ 7月28日（金）
- ・ 8月25日（金）
- ・ 9月22日（金）
- ・ 10月27日（金）
- ・ 11月24日（金）
- ・ 12月22日（金）
- ・ 1月26日（金）
- ・ 2月16日（金）
- ・ 3月22日（金）

いつでも見学OK！
参加も無料！申し込み不要！
お待ちしております！

移動カフェ
～認知症相談会～

カフェdeオレンジ

日時：R5年5月11日（木）
10時～11時30分
場所：カフェdeオレンジ
（藤本クリニック裏）

済

浜田福祉館

日時：R5年8月31日（木）
10時30分～12時
場所：浜田福祉館 2階

準備中

準備中

こんな相談も受け付けています！ 成年後見制度



現在おおの包括支援センターでは、県外に住む息子様からの相談で、認知低下があり金銭管理ができなくなった本人に代わって、管理をしてくれる後見人をつけてほしいと相談を受け、手続きや調整を行っています。

身寄りがない方や、親族がいても疎遠という方などの金銭管理や各書類の代行について、成年後見制度を活用できないかという相談が多く寄せられています。

高齢者虐待

昨年度は一昨年比、虐待相談が多くありました。

「近所から怒声が聞こえる。自分の近所の方が虐待を受けているかもしれない」「本人から虐待を受けていると相談されて」など近所の方からの連絡もありました。このように何かが「おかしい」「疑わしい」という場合、地域の方の「困ったサイン」かもしれません。

気づいた場合は、包括に連絡ください。

介護相談

介護サービスに関する手続き、筋力トレーニングなどの介護予防の相談を受け付けています。「最近、近所へ出かけるだけなのに歩くのが辛くなった？」「ゴミ出しが大変になったな？誰か手伝ってくれないかな。」など気になることはことなんでもご相談ください！

必要であればご自宅へ伺ってお聞きすることもできます。またお話の内容は決して漏らすことはありませんので、ご安心ください。

青森市おおの地域包括支援センター
(あおもり協立病院の2階にあります！)
電話：017-711-7475