



# おおの包括だより



## おおのDEウォークラリー



**10月7日（土） 10:00～11:30**

おおのまちづくり協議会主催でウォークラリーを開催しました。

大荒れの天気が続き開催できるか不安な日々が続きましたが、当日は嘘のように青空が広がりウォーキング日和となりました。大人だけではなく、親子や友達同士の小学生、中学生など幅広い年齢層の参加がありました。

ウォーキングマップも作成し「旧大野村」にまつわる歴史を確認しながらみんなで大野の地域を歩くことができました。

ウォーキングマップに興味がありましたら包括にまだありますよ。連絡ください。



## 介護相談協力員研修会

**11月22日（水） 10:00～11:30**

相談協力員は地域の高齢者の見守り活動を一緒に協力しながら行ってくれている方々です。活動に活かしていただくため年2回研修会を開催しています。7月に実施した、今話題の、オーラルフレイルについての研修会も「口の健康の大切さが勉強になりました。」「今後実践してみようと思います。」などの感想をいただき大変好評でした。今回は「もしばなカード」を使ったゲームを通じてそれぞれの「終活」を考えその中で自分の大切にしたい気持ちを見つけていくことができる研修会を開催します。



## 地域ケア推進会議

地域課題を考える

**9月25日（月） 14:00～15:30**

車社会の中で運転免許返納後の高齢者の方の移動手段について様々な事業所の方と話し合いました。実際介護保険でのカバーできる範囲が少ない中でインフォーマルと言われるサービスがどれくらいあるのか、どんな場面での利用希望が多いのかなど、多くの声が上がりました。今回だけでは解決しない課題です。今後は地域の高齢者の皆さんからの声も集めて話し合う機会を持ちたいと考えております。





# ほっとカフェ

## 営業中



### 毎月第4金曜日 10:00~11:30

**場所** 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、介護予防、お薬・健康相談もできますよ！歌、脳トレ、体操、折り紙や牛乳パックを使った制作など、盛りだくさんの内容でわいわい活動しています！

どなたでも無料で参加できます。ぜひお立ち寄りください！



## つながり隊活動中



おおの圏域では、認知症サポーターのボランティアチーム「つながり隊」が活躍しています。ほっとカフェの運営、高齢者の見守り、包括へのつなぎ役など、安心して暮らせる地域づくりに協力してくれています。

傾聴ボランティアを通して、高齢者の方への対応の仕方を学んでいます。

ステップアップ講座を開催し、つながり隊を増やす予定です！



# おいらせ

## コスモスカフェ

片岡福祉館が建て替えられ、きれいでおしゃれな福祉館に生まれ変わりました！地域からの要望もあり、新たにカフェをオープンします。ぜひご参加ください！

日時：毎月第3水曜日

13:30~15:00

会場：片岡福祉館

# Open!



## 認知症サポーター養成講座

7月22日（土）10:00~11:30

**場所** 大野市民センター

地域の高齢者を中心に10名ほどの参加がありました。認知症についての基礎知識や、認知症の方への対応の動画を見ていただき、自分だったらどうするかを考え楽しく学んでいただきました。講座を希望される団体はおおの包括までご連絡ください！

傾聴ボランティア始めました！

# 青森市おおの地域包括支援センター

〒030-0847 青森県青森市東大野2丁目1-10

TEL:017-711-7475

FAX:017-711-7329