

おおの地域包括支援センターだより

地域包括支援センターは、地域の高齢者の総合相談窓口です
高齢者の皆様が安心して暮らし続けられるよう地域づくりをすすめています

浜田ふれあいカフェ

7月に浜田方面にて新しい認知症カフェがオープンしました。

浜田地域の方々が参加しており、みんなで歌を歌ったり、物づくりやお喋りをして楽しく活動しています！

参加者より「浜田方面にはこういう場所がなかったので嬉しい、いつも楽しい」「初めて来たけど楽しかった、また来ます」という声をいただいています。



カフェ年間計画



参加無料！お待ちしております！

☀️ ほっとカフェ ☀️ in わかみや会館

毎月第4金曜日
10:00~11:30

令和6年11月22日 (金)
令和6年12月27日 (金)
令和7年 1月24日 (金)
令和7年 2月28日 (金)
令和7年 3月28日 (金)

🌸 コスモスカフェ 🌸 in 片岡福祉館

毎月第3水曜日
13:30~15:00

令和6年11月20日 (水)
令和6年12月18日 (水)
令和7年 1月15日 (水)
令和7年 2月19日 (水)
令和7年 3月19日 (水)

🍀 浜田ふれあいカフェ 🍀 in 浜田市民館

毎月第2火曜日
10:00~11:30

令和6年11月12日 (火)
令和6年12月10日 (火)
令和7年 1月14日 (火)
令和7年 2月18日 (火)
※2月は定例日と異なります！
令和7年 3月11日 (火)

おおの地域まちづくり協議会

つながり隊活躍中！
(認知症サポーター)



9/28 認知症サポーター養成講座 in 大野市民センター



おおの地域まちづくり協議会主催の認知症サポーター養成講座を開催しました。新テキストに変わって初めての講座でした。

16名の参加があり、つながり隊（おおの包括のチームオレンジメンバー）の協力もあって講座は無事終了しました。

参加者から「勉強になりました」「認知症は暗いイメージでしたが、明るいイメージに変わりました」など感想をいただきました。

5名以上集まれば講座が開催できます。興味がある団体はおおの包括までご連絡ください。電話：017-711-7475

おおの地域まちづくり協議会

おおの地域
まちづくり協議会

10/19 おおのDEウォークラリー

残念ながら大雨警報のため中止となりました。
天候の悪い中お集まりいただきありがとうございました。
来年度は天気に恵まれ開催できると思っています。



10/26 大野市民センターまつり

健康相談、体力測定、認知症相談コーナーを設け、多くの方に参加していただきました。

様々な年代の方が体力測定に参加され、結果を見ては「思ったよりも筋肉あるな!」「全然体力なくなったなあ」など結果を見てより運動をがんばろう!と奮闘する方が多くおり、運動を始めるきっかけになったようです。



一緒に体操しませんか? ~心も身体もリフレッシュ!~

いきいき水曜会 西大野会館

✿ 毎月第4水曜日 10:00~11:30

体操と筋トレを実施しています!
男性参加者も増え、ますます盛り上がっています♪みんなで声をだしながら行う体操は明るく健康になれますよ~!
まだまだ参加者募集中です!



板橋はつらっクラブ 浜田福祉館

✿ 月2回 水曜日 10:00~11:30

板橋町会女性部のクラブです!
こちらでも体操を実施しています!メンバーも少しずつ増えており、メンバー主体で体操を活発に行っています。

新規団体募集中!!

地域の団体の方々が自主的に継続的に介護予防に取り組めるよう体操指導、サポートを行っています。運動の機会が欲しい!仲間と集まって体操したい!というお気持ちがあればお気軽にご相談ください。継続して活動できるようサポートします!高齢者の相談窓口、出前講座なども行っています。



青森市おおの地域包括支援センター

〒030-0847 青森市東大野2丁目1-10 (あおもり協立病院内)

TEL:017-711-7475
FAX:017-711-7329