

東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2025年4月1日(火) 発行 [第227号]

☆地域の“キラリッ”活動紹介☆



75 『長生園前町内会お楽しみ会』

3/2(日)長生園前町内会さんのお楽しみ会におじゃましました。20名以上の皆さんが参加し、川上会長と、若手役員さんたちによる進行企画のもと、会場は活気と熱気にあふれていました。この日は、包括より介護予防のお話と、簡単な体操、脳トレ、レクリエーションを皆さんと一緒にさせていただきました。



写真左は、“じゃんけんマネーゲーム”の様子です。みなさん、童心にかえり、白熱した戦いになりました😊



写真上は、50音ゲームの様子です。2チームに分かれて、50音カードを使い“海にいるもの”をできるだけ多く作りました。皆さん力をあわせてたくさんの魚や貝の名前を作っていました。お声がけいただきありがとうございました😊

76 『大人の寺子屋きらっと』

3/7(金)“大人の寺子屋きらっと”へおじゃましました。この日は、川内先生による特別講座が開催されていました。川内さんが、用意した資料を手に、皆さん熱心に話を聞いていました。寺子屋の楽しみである茶話会も大賑わいでした😊



川内先生による講座では、“西暦の起源は何から始まったのか”を、テーマに、手作りの資料を基に様々なお話を教えていただきました。



「東部南地区介護支援専門員連絡会議を開催しました！」



2月18日（火）に、東部南地区の居宅介護支援事業所、グループホーム、小規模多機能型居宅介護支援事業所にお集まりいただき、介護支援専門員連絡会議を開催しました。

「地域で安心して暮らすためには」をテーマに今年度は、社会医療法人 道東勤労者医療協会 勤医協桜ヶ岡医院 加藤萌院長より 看取り塾～「わかってくれる人」になるための聴き方についてご講義いただきました。

相手からみて「わかってくれる人（理解してくれる人）」になるための聴き方として、相手のメッセージを言語化して返す（反復）、相手の心の準備ができるのを待つ（沈黙）、相手の支えを意識して尋ねる（問いかけ）について事例を通し、誰かを支えることで自身も支えられていることの気づきともなりました。

今後も医療と介護の連携を図り、地域の皆様と一緒に、安心して暮らすことができる地域づくりを目指していきたいと思います。

ご参加いただいた皆様ありがとうございました。



町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動、“発見！東部南の〇〇名人”取材、等、地域活動へおじゃまさせていただきます！**講話(例：介護予防・詐欺防止・高齢者虐待防止・介護保険(申請やサービスなど)・認知症等)、介護予防の脳トレ・体操等「ちょっとこんな話を聞きたいのだけれど～」**というご相談もお気軽にお寄せください！ また、新たな集いの場の立ち上げの相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい！😊

〈担当〉生活支援コーディネーター：池田

釧路市東部南地域包括支援センター 2025年4月1日(火)第227号

東部南地区人口 19,621人 (全市155,880人の12.5%)・高齢化率 45.0% (全市34.9%)・R6.3現在

住所：〒085-0813 釧路市春採4丁目10番15号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話：0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX：0154-41-2588

URL:<http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

