



社会福祉法人いなかわ福祉会  
秋田県湯沢市川連町字平城下14番地3  
TEL:0183-42-2557  
FAX:0183-42-2541  
ホームページはこちらから  
www.inakawa-fukushi.or.jp



# いなかわ 福祉会だより

## 湯沢市稲川・皆瀬 地域包括支援センターです！

稲川・皆瀬地域包括支援センターは、開所から2年目を迎えました。地域の皆様に心より感謝申し上げます。

当センターには、昨年4月から1年間で約270件近くの相談がありました。介護保険に関する相談や身体の衰えが心配など、様々なお困り事や心配事への相談を受け付けています。いつでもお気軽にご相談ください。

これからも地域の身近な相談窓口となるように努めていきます。



相談スペース



### 当センターの事業の一部を紹介します

#### 活動の支援

地域で介護予防活動をしている団体の活動を支援しています。専門職の先生の指導のもとで『スローエアロ』を行いました。知っている音楽に合わせて身体を動かして、疲れも見せずに、楽しんでいました。



参加者に合わせた指導で、体を楽しく動かせます!!

#### 脳若健康教室

昨年度は、タブレットを用いた『脳トレーニング』の教室を開催しました。「記憶して思い出す」というトレーニングやタブレットのアプリゲームなどを楽しみながら、脳を活性化するプログラムに取り組みました。認知症予防には様々な方法があります。新しいことに挑戦し、脳に刺激を与えることもその一つです。全11回の講座でしたが、参加者同士の交流も深まり、毎回笑いの絶えない楽しい教室となりました。



#### 家族介護教室

今年は、消防署の協力を得た、在宅での急変時対応についての講話でした。参加者の方からは「食事で咳込んだときや入浴中に具合が悪くなったときの対応が良く分かった」などの感想があり、とても有意義な教室となりました。



マネキンを使った分かりやすいお話でした

#### 編集後記

春の日差しが心地よい季節となりました。新年度の新鮮な気持ちになれる春だからこそ、何か新しいことを始めるのもいいかもしれませんね♪

★今回は私が  
担当しました！



稲川・皆瀬地域  
包括支援センター  
広報委員 安部尚美