



☎ 地域包括支援センター ☎27-1158

## ○認知症サポーター養成講座 参加者大募集！！

認知症になったら何もわからなくなる、ふつうの生活を送れなくなる、というようなイメージをもっていますか？

現在では認知症があっても活躍している人が増えており、認知症に対する捉え方も変わりつつあります。認知症サポーター養成講座では、誰もが認知症の正しい知識をもち、その上でできるちょっとした工夫や気づきを学ぶことができます。



**日時：6月19日(金) 13:30~15:00**  
**場所：中央公民館 2階 会議室**  
**申込：電話または役場窓口⑤でお申込みください。**

※テキストが新しくなりました♪  
新しい内容も追加されていますので、以前に受講したことがある方も、お気軽にお申込みください。

**受講料無料**



### 【認知症サポーターとは…】

「なにか」特別なことをする人ではありません。認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る「応援者」です。

## 今月の『通いの場』

通いの場は年齢問わず誰もが気軽に集える場です。お気軽にご参加ください♪

<b>ローズカフェ</b> <b>日時</b> 6月25日(木) 13:30~15:00 <b>場所</b> ばらの里 運動室 (入館料不要、参加費100円) ☎27-7774	<b>てらカフェ</b> <b>日時</b> 6月27日(土) 9:30~11:30 <b>場所</b> 正覺寺 (北一色674-2) (参加費 100円) ☎27-2446	<b>つなぐかふえ</b> <b>日時</b> 6月27日(土) 9:30~11:00 <b>場所</b> 図書館 多目的ホール (北一色821-1) (参加費 100円) ☎27-1130 (社会福祉法人善心会 浅野)	<b>カフェひだまり</b> <b>日時</b> 6月5日(金) 7月3日(金) 13:30~15:00 <b>場所</b> 中央公民館 2階会議室 (参加費 100円) ☎090-4086-8345 (男性介護ネットひだまり 若山)
<b>太陽さろん</b> <b>日時</b> 6月6日(土) 7月4日(土) 11:30~13:30 <b>場所</b> 太陽キューヴ (丈六道173-1) (参加費 500円) ※事前予約が必要です。 ☎090-1748-2787 (宮川)	<b>グラスiasカフェ</b> <b>日時</b> 6月6日(土) 7月4日(土) 9:30~11:00 <b>場所</b> いろいろ (神戸204-5) (喫茶代100円) ☎51-4847	<b>おれんじカフェ</b> <b>日時</b> 6月17日(水) 13:30~15:00 <b>場所</b> 神戸町社会福祉協議会 (デイサービスセンター内) (八条258-2) (参加費100円) ☎28-0223	<b>かあさ Cafe</b> <b>日時</b> 6月21日(日) 9:00~12:00 <b>場所</b> 神戸524 (旧ひよし館) ※産業会館より南に50m (参加費 200円) ☎090-9180-0247 (馬淵) <b>内容</b> モーニング・健康マージャン等
<b>カフェいこい</b> <b>日時</b> 6月13日(土) 13:30~15:00 <b>場所</b> グループホームごうどの憩 (加納178番地) (参加費100円) ☎28-1080	<b>活きサポくらぶII</b> <b>日時</b> 6月4日(木)、11日(木)、18日(木)、7月2日(木) 13:30~15:00 <b>場所</b> ばらの里 運動室 (※別途入館料が必要です) ☎27-7774 ※ローズカフェ、活きサポくらぶIIにおいては介護に関する相談をお受けします♪		

## ○フレイルサポーターとして一緒に活動しませんか ♪

「フレイル」とは、年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながり）が低下した状態のことです。フレイルサポーター養成講座を受けて活動をすることで、地域貢献となるだけでなく、ご自身の健康寿命を延ばし、フレイルを予防できます！

### ・フレイルサポーターはこんな活動をしています！



#### フレイルチェック会

フレイルの兆候があるかを知っていただくための「フレイルチェック会」や予防啓発などのボランティア活動を行っています。

令和7年度は中央公民館・図書館の他に、地区の公民館9か所にて、フレイルチェック会を実施しました。

地区の公民館で行うことにより、地区の住民同士の交流の場となるうえに、サポーターと地域住民の交流の場にもなっています。



#### 小学校・中学校での出前講座

少子高齢化社会におけるフレイル予防の大切さを学ぶ機会として令和7年度は、北小学校と神戸中学校でフレイル予防講座を開催しました。

中学生の講座後のアンケートに、「フレイルは自分たちにも関係することが分かった。フレイルのことを、両親や祖父母、地域の人に伝えて支えたい。サポーターさん達が元気で明るくて、普段から意識されているんだな」と感想をいただきました。



### ・フレイルサポーター養成講座を開催します！！

日 時：6月23日（火）9：00～16：00

場 所：役場南庁舎3階 大会議室

- ※昼食は各自ご用意ください。（1時間休憩時間があります）
- ※フレイルチェックを受けていただくため、動きやすい服装でお越しください。
- ※素足で測定する機器がありますので、ストッキングの着用はさけてください。

お申込み：6月19日（金）までに地域包括支援センターへ電話、または役場窓口⑤にてお申し込みください。

