

地域包括支援センター坂下通信

家族介護者交流会のお知らせ

介護者同士で集まり、介護に対する悩みや思いを話したり、気分転換の機会をもちませんか。

場所) 特別養護老人ホーム あさひが丘 地域交流スペース

時間) 10:00~11:30

対象者) 市内にお住いの高齢者を自宅で介護している方

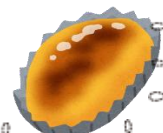
定員) 13名

開催日程) 7/13・9/14・11/9・1/11・3/15

申込み) 準備の都合上、必ず事前にお電話にてご連絡ください。

※ 日程、時間については交流会の内容によって変更する場合があります。

※ 交通手段のない方には送迎もありますのでご相談ください。



春日井市地域包括支援センター坂下
春日井市神屋町1306-1

☎：93-1314

開所時間：月～金曜日 9:00～17:30

福祉サービス等のご相談は 左記まで

担当：木根、戸田、飯田、永杉、辻本

地元のお元気さん



このコーナーでは、毎回地域で活動している団体やグループ、介護予防に取り組んでいる方などをご紹介します。

「かすがいいいきいき体操 ひろめる会」



今月は「かすがいいいきいき体操ひろめる会」のご紹介をさせていただきます。
平成20年に『健康寿命を85歳』を目標に春日井市が作成した介護予防体操の
当地体操として普及活動を始めました。

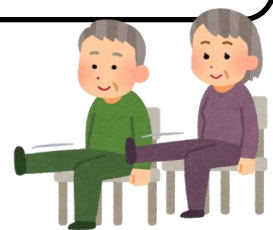
「かすがいいいきいき体操ひろめる会」の在籍は22名で自治会、老人会、施設、
地区サロンなどに訪問し活動をしています。

「かすがいいいきいき体操身体編（春日井よいとこ）、口腔編（わが町春日井）と
脳トレ、リズム体操やハーモニカ演奏」などを約1時間程度かけておこなっていま
す。

写真は4月に行われたデイサービスセンターでの活動風景です。

代表者より一言

「また来てね。楽しかった。」と言っていただけで励みになります。
皆さんの笑顔に会えてとっても嬉しいです。



地域包括支援センターとは？

地域包括支援センターは、春日井市の委託により運営される高齢者に
関する総合相談機関です。支援が必要な高齢者やその家族の状況に応
じた各種の保健福祉サービスが総合的に受けられるよう、情報提供や
関係機関との連絡調整などを行います。相談は無料です。お気軽にご
相談ください。

