

# 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

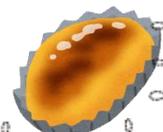
定員) 13名

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。

