

# ほりきり便り 第45号 2014年10月1日発行

高齢者総合相談センター堀切(地域包括支援センター堀切) 葛飾区堀切2-66-17  
電話03-3697-7815 FAX03-3697-7862 ホームページ <http://ims-site.jp/horikiri/>

今号の主な内容:1面 認知症相談会等・2面 活動報告・3面 開催事業案内・4面 認知症関連開催事業案内

## 認知症相談会を開催します!!

葛飾区在住の方を対象とした、認知症に関する無料相談会です。認知症やもの忘れについて心配なこと等を医師に相談し、アドバイスをいただきます。

「うちのおばあちゃんの様子が最近おかしいな…」 「認知症の家族への対応の仕方が分からない…」等、どこに相談したらいいかお悩みの方、この機会に是非ご相談ください。また、次回は、2月に開催予定です(担当いただく先生は、他の方になる可能性があります。)。詳細決まり次第、機関紙等にてご案内いたします。

日時 平成26年10月23日(木) 15:00~(相談時間30分程度)

場所 高齢者総合相談センター堀切(地域包括支援センター) 相談室  
(堀切2-66-17(葛飾ロイヤルケアセンター内))

講師 いなば内科クリニック 院長 稲葉 敏先生

対象者 葛飾区内在住で認知症やもの忘れでお悩みの方やその家族の方

人数 先着3名

参加費 無料 申込み 受付中!! (03-3697-7815)

今年も参加します!!

## 《地域イベントへの参加のご案内》

今年度も、昨年度に引き続き、“南綾瀬地区センターまつり”と“ウェルピアまつり”に参加させていただくことになりました!!今回も、ご来場の際には、ぜひ、当センターのブースにお立ち寄りください!!

### 南綾瀬地区センターまつり

2014年10月18(土)・19(日) 南綾瀬地区センター(堀切7-8-22)



### 第10回 ウェルピアまつり

2014年12月7日(日) ウェルピアかつしか(本館、解放広場等)(堀切3-34-1)

いろいろな事業を開催  
しています!!

# 開催事業報告

毎号、いろいろな事業の開催予定をご案内させていただきます。たくさんの方にご参加いただいています。今回は、“ほりきり便り”でご案内し、開催いたしました事業の一部のご報告をいたします。当センターのホームページ等でも活動報告をしていますので、こちらも、ぜひ、ご覧ください。

8月9日(土) 開催  
介護予防教室

## 「堀切納涼寄席! 大いに笑って介護予防」

堀切地区センターホールで、納涼寄席を開催しました!脳の活性化等が期待できる「笑い」の機会として、かつしか落扇指南所会員の方の落語を、たくさんの方楽しんでいただきました。



8月21日(木) 開催  
高齢者クラブ“ひまわりクラブ”  
出前講座「認知症について」

認知症について、予防を中心に説明させていただきました。お話することや体を動かすこと等、認知症予防のために大切なこと等をお話しました。

合わせて、当センターの活動等についてもご案内させていただき、多くの方に当センターについて知っていただく機会にもなりました。

7月24日(木) 開催  
家族介護者教室

## 「特別養護老人ホームをのぞいてみよう! ～特養ってどんなところ?～」

白鳥にある「特別養護老人ホーム かつしか苑」を見学させていただきました。参加者から生活相談員にいろいろな質問が出て、特別養護老人ホームがどのような施設なのか、理解を深めていただく機会となりました。

9月3日(水) 開催

## 「認知症サポーター 養成講座」

9月から毎月開催予定の「認知症サポーター養成講座」を、9月は葛飾ロイヤルケアセンター会議室で開催しました。

身近な具体例が多く分かりやすいと、参加者からは毎回好評をいただいております。楽しみながら、認知症の基本的な知識について理解を深めていただけたと思います。



高齢者クラブや医療機関等、さまざまな団体等から講師派遣のご依頼をいただいています!!これからもご依頼、お待ちしております!!

10月以降も、毎月いろいろな講座・イベントを開催します!!開催予定は、3～4面にてご案内していますので、ぜひ、ご覧ください!!  
たくさんの方からのお申込みをお待ちしています!!

# 10月開催予定の講座・教室のご案内

(4面でも、開催予定の認知症関連事業についてご案内しております。ぜひ、ご参加ください。)

## ●福祉用具に触れてみよう！

～歩行補助杖・歩行器ってどんな物？～

日 時：平成 26 年 10 月 29 日（水） 14:00～15:30

会 場：葛飾ロイヤルケアセンター 会議室（堀切 2-66-17）

“高齢者の方の中には歩行に不安を抱え、転倒を気にされている方が多いと思います。自力歩行を安全にサポートしてくれる歩行補助杖・歩行器について、知る、触れる、試す事で、どのようなものなのか学んでみましょう。”

講 師：ハンドベル・ケア 半貫 仁 氏

葛飾ロイヤルケアセンター 石井 庸太 氏

対象者：区内在住の 65 歳以上の方か、高齢者を介護している方

人 数：先着 20 名 参加費：無料

申込み：平成 26 年 10 月 18 日（土）9:00 より受付開始



## ●楽しく歩いて足腰を鍛えよう！

ーノルディックウォーキング！ー

日 時：平成 26 年 10 月 30 日（木） 9:00～11:30

会 場：南綾瀬地区センター ホール（堀切 7-8-22）

\*晴天時はホール集合後、小菅東スポーツ公園へ移動

“ノルディックウォーキングはポールを使って歩くため、足首・膝・腰への負担を軽減でき、楽しく、無理なくウォーキングを楽しめます。”

講 師：ノルディックウォーキングクラブ LOCO 相原 正臣 氏

対象者：葛飾区在住で 65 歳以上の方

人 数：先着 30 名 参加費：無料

持ち物：飲み物、タオル ※運動靴でお越しください。

\*ポールを持って歩くため、持参されるバックはウエストバックやリュックを推奨。

申込み：平成 26 年 10 月 18 日（土）9:00 より受付開始



お申込先 電話 3697-7815（高齢者総合相談センター堀切）

# 10月～12月開催予定の認知症関連事業のご案内

(3面でも、開催予定の事業等についてご案内しています。ぜひ、ご参加ください。)

## ●認知症サポーター養成講座

- ①日 時：平成26年10月8日(水) 14:00～15:30  
会 場：南綾瀬地区センター 第二会議室(堀切7-8-22)
- ②日 時：平成26年11月14日(金) 14:00～15:30  
会 場：亀有学び交流館 4階実習室(お花茶屋3-5-6)
- ③日 時：平成26年12月15日(月) 14:00～15:30  
会 場：かつしかボランティアセンター 活動室(堀切3-34-1)

“認知症について正しく理解し、地域や職場等で、認知症の方やその家族を温かく見守り、自分でできる範囲の活動をする応援者“認知症サポーター”になるための講座です。日常生活の中でのちょっとした気遣い等から、認知症の方が安心して一緒に暮らせる地域づくりの応援者になりませんか？”

※①～③は同じ内容です。どちらかご都合のよい日時を選び、ご参加ください。

講 師：高齢者総合相談センター堀切/お花茶屋 所長 森山 繁

対象者：葛飾区在住・在勤・在学の方 ※年齢不問

人 数：先着15名 参加費：無料

申込み：①受付中!!

②平成26年10月18日(土)9:00より受付開始!!

③平成26年11月18日(火)9:00より受付開始!!

## ※認知症サポーター活動支援のご案内

認知症サポーター活動支援として、認知症サポーターのつどいやフォローアップ講習等を開催しています。当センターにて開催しました認知症サポーター養成講座(出前講座での開催も含む)を受講された後、希望された方にご案内をお送りしています。

## ●認知症家族会“菜の花会”

- 日 時：平成25年11月20日(木) 14:00～15:30  
会 場：葛飾ロイヤルケアセンター 会議室(堀切2-66-17)

“認知症と診断された最愛の家族をどのように受け止めたらいいのかわからない介護者がつくった「家族の会」です。2ヶ月に1回程度集まって介護の悩みを打ち明け合ったり、介護の苦しみや介護の知恵を分かち合って、癒し、癒され、菜の花を見たときのようにほっこりとした気分になれるつどいです。”

お申込先・お問合せ 電話 3697-7815 (高齢者総合相談センター堀切)

### ●小さな編集室より一言

「ほりきり便りを見て講座に申し込みました!!」等というお声が増えて、小さな編集担当はとても感謝しています!!これからも、講座等へのたくさんの方からの申込み、お待ちしております!!

