

ほりきり便り 第57号 2016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:フェスタ案内 2面:出前講座等 3面:事業案内 4面:認知症サポーター養成講座等

- 知っ得医療!楽しく介護!元気に予防! -

いきいき元気フェスタ

日時:2016年11月6日(日) 10:00~15:00

会場:葛飾ロイヤルケアセンター・新葛飾ロイヤルクリニック

医療や介護、健康づくり等について、
楽しく学べるプログラムが満載!!
ぜひ、お越しください!!



●公開講座等のご案内●

※印があるプログラムは事前申込優先です《2016年10月15日(土)受付開始》。

葛飾ロイヤルケアセンター

※10:00~10:30

『**心臓病とその病気を識る**』

講師: イムス葛飾ハートセンター
院長 **榎原 雅義氏** (循環器内科)

※11:00~12:00

『**認知症への正しい理解と効果的な予防**』

講師: いなば内科クリニック
院長 **稲葉 敏氏** (認知症サポート医)

※12:30~13:30

『**よくある皮膚疾患のイロハ**』

講師: 新葛飾病院
医師 **高坂 卓馬氏** (皮膚科担当)

※13:45~14:45

『**落語**』

鈴々舎 八ゑ馬 (れいれいしゃ やえば)

新葛飾ロイヤルクリニック

※10:00~10:45

『**笑いヨガ**』

講師: 笑いヨガインストラクター
福菌 ちよこ氏

※11:00~11:45

『**もの忘れ予防体操**』

講師: ジョイリハ亀有スポーツインストラクター
片平 營緒氏・御手洗 愛美氏

※12:30~13:15

『**ロコモ体操**』

講師: よつぎホームクリニック
理学療法士 **道祖 崇正氏**

※14:00~14:45

『**美の追求!おしゃれで脳の活性化へつなげよう!**』

講師: 色と香りの生活提案 イリデセンス
主宰 **岩井 ますみ氏**

10:00~15:00

『**健康測定会**』 健康測定項目: ①身長・体重 ②血圧 ③体脂肪 ④握力 ⑤ロコモ計測
⑥もの忘れチェック ⑦骨密度 ⑧血管年齢

その他

11:00~ 屋外(駐車場)

『**AED体験**』 **本田消防署**

10:00~15:00 新葛飾病院からだ学習館(1階)

『**オレンジカフェ**』

お申込・お問合せ 電話 3697-7815 (高齢者総合相談センター堀切)

自治会や民生委員、高齢者クラブ、近所のグループ等（10人以上）に当センターの職員等が出張して、高齢者の生活テーマに沿った内容で実施する講座です。

出前講座

- 当センター担当地域内（原則）のグループ等を対象に出張します。介護サービス事業者や医療機関等からのご依頼も受け付けています。
- 開催時間は当センターの相談時間に準じますが、平日は午後5時30分までとなります。
- 出張の費用は無料です。
（会場費や材料費等がかかる場合は、グループでのご負担をお願いいたします。）
- 会場確保は、各グループにてお願いいたします。

……講座内容のご案内……

当センターで開催している出前講座の内容の一部をご紹介します。その他の内容についてもご相談に応じておりますので、お問合せください。

健康測定会（もの忘れチェック）

自分の身体を見直す機会づくりをし、元気な毎日へつなげていきましょう！

対象：65歳以上

項目：身長・体重・体脂肪・血圧・握力
ロコモ計測・もの忘れチェック

健康講話

夏には熱中症予防…冬にはインフルエンザ予防…と、さまざまな健康管理に関する説明等を行い、その季節を元気に乗り越えるお手伝いをいたします。

認知症サポーター養成講座

認知症について正しく理解し、自分でできる範囲の活動をする“認知症サポーター”になるための講座です。

※4面では、当センター主催の講座をご案内しています。

《お申込・お問合せ》

堀切：03-3697-7815 お花茶屋：03-5671-2471



認知症ファミリーサロン “菜の花会”



～認知症の方や認知症を介護されている方…皆様にほっと一杯、くつろぎの時間を。～

日時 2016年11月17日（木）13:30～15:00 ※入退室自由

会場 新葛飾病院 からだ学習館（堀切2-66-4）

“認知症ファミリーサロン “菜の花会” は、認知症の方やその家族が集い、お茶を飲みながら、お話したり、相談したり、ぼーっとしたり…自由にお過ごしいただく場所です。お気軽にお越しください。奇数月の第3木曜日に開催しています。”

参加費：無料

対象：認知症の方やそのご家族、認知症の介護をしたことのある方

《お問合せ》 高齢者総合相談センター堀切 TEL：03-3697-7815



11月:講座・教室等開催のご案内

(2面では出前講座や菜の花会、4面では認知症サポーター養成講座等についてご案内しています。ぜひ、ご覧ください。)

●認知症相談会

日時 2016年11月25日(金) 14:00～(相談時間各30分程度)

会場 高齢者総合相談センター堀切 相談室 (堀切 2-66-17)

“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。この機会にぜひご相談ください。”

担当: 大内病院副院長/認知症疾患医療センター長 松井敏史先生

対象: 葛飾区在住の認知症やもの忘れにお悩みの方やそのご家族

人数: 先着3名 参加費: 無料

申込み: 受付中!!



《グリーンサポート講演会》

2016年7月から4回シリーズで始まった“グリーンサポート講演会”が、11月に最終回となる第4回を迎えます。これまで参加いただけていない方でも受講できます。たくさんの方からのお申込み、お待ちしております!!

●第4回「グリーンと回復力(レジリエンス)とセルフケア」

日時: 2016年11月19日(土) 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)

“グリーン(深い悲しみや喪失等)について、それを受ける衝撃や影響は一人一人違います。グリーンから回復するために、何が必要だと感じていますか?皆さんと一緒に学び、さらに思いを共有してみませんか?”

講師: セルフケア・ネットワーク 代表 高本真佐子氏

対象者: 葛飾区在住で65歳以上の方か、介護をしている方

人数: 先着30名 参加費: 無料

申込み: 2016年11月8日(火) 9:00より受付開始

お申込・お問合せ 電話 3697-7815 (高齢者総合相談センター堀切)

葛飾区 高齢者総合相談センター堀切/お花茶屋

在宅介護・療養相談窓口

在宅療養等についてご心配なことやお困りのこと等がありましたら、ご相談ください。関係機関等と協力しながら、支援していきます!!

《電話》 堀切: 03-3697-7815 お花茶屋: 03-5671-2471

毎月開催!!

認知症サポーター養成講座

(2面では出前講座や菜の花会、3面では開催予定の事業等についてご案内しています。ぜひ、ご覧ください。)

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？

日時	会場	申込
10月26日(水) 14:00~15:30	南綾瀬地区センター 第二会議室(堀切7-8-22)	<u>受付中!!</u>
11月22日(火) 14:00~15:30	堀切地区センター 第一会議室(堀切3-8-5)	<u>10月28日(金)</u> <u>9:00より受付</u>
12月17日(土) 13:00~14:30	葛飾ロイヤルケアセンター 会議室(堀切2-66-17)	<u>11月18日(金)</u> <u>9:00より受付</u>
2019年 1月17日(火) 14:00~15:30	小菅憩い交流館 大広間(洋室)(小菅3-6-1)	<u>12月8日(木)</u> <u>9:00より受付</u>

※各回とも同じ内容です。ご都合のよい開催日時を選び、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 社会福祉士 豊永 栽源

対象者：葛飾区在住・在勤・在学の方 ※年齢不問

人数：各回先着20名 参加費：無料

お申込・お問合せ 電話 3697-7815 (高齢者総合相談センター堀切)

地域イベント参加のご案内

●第28回かつしかボランティアまつり ・第12回ウェルピアまつり

日時：2016年11月20日(日) 10:00~15:00

会場：ウェルピアかつしか(堀切3-34-1)

“今年も、当センターのブースを設置し、事業案内や体験プログラム等を実施する予定です。ぜひお越しください!!”



—新入職員紹介—

2016年7月21日より保健師の高取綾子が入職、また2016年9月1日より社会福祉士の原田彩織が入職しました。よろしくお願い申し上げます。

●小さな編集室より一言

雨が多くて、台風での被害も出ていますね…小さな編集担当も、気候の変化を不安に感じています。当センターでの事業開催時には、いいお天気で、たくさんの皆様に、安全にお越しいただきたいと思っています。

編集担当

