

高齢者の暮らしを応援！

地域包括支援センターだより

有田川町地域包括支援センターでは、金屋と清水の2カ所で、介護予防などの相談に応じています。

直通(金屋庁舎) ☎32-5102

(清水行政局) ☎25-1269

peer (ピア) = 仲間

link (リンク) = 輪、きずな

自分たちの「ぴありんくる」実施してみませんか？

「大丈夫？」って言葉をかけてくれて、心配してくれる人はいる。けれど、頑張りを続けている私。

「いつまで頑張れるかな？」「こんな私でいいのかな」…。弱気になったとき、支えあえる仲間がいることに気付く。

病気があっても安心して出かけられる場、介護しているご家族が日頃の悩みや不安を仲間と話し合える場として「ぴありんくる」は生まれました。現在は金屋文化保健センターで月に1度、実施していますが、「遠くて参加できない。もっと身近な場所であれば行ってみたい」というお声を聞きます。

そこで、お店や公共施設、介護事業所、介護施設などで自主的にぴありんくるを開催いただけるグループを公募します。

介護を必要としているご本人はもちろん、そのご家族が住みなれた地元で安心して生活できるよう、参加したいときに参加できる集いの場を、皆さまと一緒に地域ぐるみで広げていきたいと考えています！

Q どんなことをするの？

A ゆっくり話し合える雰囲気のある場所があれば、内容は自由に決められます。“カフェのようにお茶を飲みながらつろく”なんてことも。

Q もし開催を希望したら、どんな支援があるの？

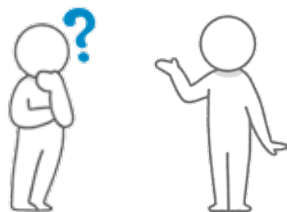
A 公共施設(各センターや公民館、区民館、集会所など)をご利用の場合は、借用手続きをお手伝いします。基本的には自主的な運営ですが、希望に応じて専門職の派遣を行い、相談に応じます。経済的な支援はありませんのでご了承ください。

Q 運営はどうやってすればいいの？

A 運営方法・開催頻度などは自由に設定できます。開催初期は、必要に応じ、地域包括支援センター職員と一緒に参加し、支援します。何度か開催した後も引き続き、随時相談に乗ります。

Q 他の人知ってもらうためにどうやってお知らせすればいいの？

A 地域包括支援センターが広報ありだかわなどを通じ、周知のお手伝いをします。また、業務の中で随時立ち上がったぴありんくるの情報を紹介していきます。



いきいき百歳体操ニュース

二川区いきいき百歳体操



このグループは平成29年3月に運動を開始し、1年が経ちました。男女20人以上の参加者が、毎週火曜日13時から、城山小学校で元気に体操しています。

このグループは参加者が地域の人を誘い、新たな参加者がその都度増える、チームワークの良いグループです。準備や後片付けなどは班を作って順番に行っています！