

今年度初実施☆

デジタル技術を活用したフレイル予防！

4/28 太田川東ケアセンターにて6年ぶりに『太田川東ケアセンターふれあい祭り』が開催されました。イベントでは売店やゲームコーナーがあり、多くの方が来場され楽しめました。

戸坂包括は“よろず相談”とイベントでは初となる機械を使った歩行姿勢測定を実施しました。測定は大盛況で28名の方が体験されました。太田川病院理学療法士からは、身体機能を低下させず元気に過ごすためのアドバイスを個別にいただき、皆さん大変喜ばれました。体験された方からは「思ったより足が上がってないんだね」、「これから歩くときの参考になった」という声が聞かれました。

参加された皆様お疲れ様でした！



カメラで歩行の様子を撮影し
バランスや速度を計測しました！

第34回 戸坂福祉センターまつり開催！

6/2 久しぶりに戸坂福祉センター主催のお祭りが開催されました。屋外コーナーでは複数の売店が並び、屋内ステージでは多くの団体による素晴らしい発表がありました。

戸坂包括は屋外スペースで“よろず相談”ブースを設置し、福祉や介護に関するパンフレットなどを配布しました。ステージ発表では社会福祉法人交響の芳谷理学療法士考案の認知症予防体操「広島天国体操」を会場の皆さんと一緒にを行いました。

子どもさんからご高齢の方まで、多くの方が笑顔でお祭りを楽しまれました。



多くの方が来場されました！



会場の皆さんと楽しく体操♪

へさか福寿苑&戸坂南1丁目「あったらいいな」を考える会コラボ企画

6/29 へさか福寿苑地域開放デー

へさか福寿苑周辺にお住まいの方を対象にイベントを開催！施設見学、足湯やマシントレーニング体験、区保健師の健康相談や包括よろず相談など内容は盛りだくさん。お茶を飲みながら楽しく語り合い、後半は「こども神楽」鑑賞で大いに盛り上がりました。「コロナですっと集まっていなかったけどみんなで集うのっていいね」「また来たい！」との声を頂きました。

今後もへさか福寿苑へ気軽に足を運んでもらえるような企画で地域とのつながりを広げていきます。



へさか福寿苑へ
ようこそ☆

へさか情報トピックス

～地域でのいろいろな情報をお知らせします！～

消費被害出前講座！

6/15 デイサービスふれんどの利用者を対象に、初めて介護サービス事業所での『消費被害出張出前講座』を開催しました！包括職員より最近の特殊詐欺の傾向と対策、戸坂圏域で実際に起こった詐欺ケースの紹介を行い、参加者からは「実際に起こっていると聞いて、人ごとではないと思った」、「対策をして気をつけたい」との声を頂きました。

今後も多くの方に消費被害について知っていただき、詐欺被害防止に繋がっていきたくです。



だまされないように
気をつけましょう！

いきいき達人さんリレー

戸坂で“いきいき”と活動されている方を
リレー形式で紹介します

“大勢の前でライブするのが目標です！”

福本 明さん（76歳）

50歳代の時、カラオケスナックでサクソと出会い、5年間習いながら練習を続けたそうです。現在は老人ホームやデイサービスで、昭和歌謡曲や童謡を中心に演奏しながら地域を回っておられます！

緊張する性格で口下手でしたが、サクソ演奏をきっかけに今は、人前で話をするのが楽しく、「いつかは大勢の前でライブをしたい」という素敵な目標を持ち、元気に活動されています！



【AKR76】というバンド名で
地域をまわっています♪

へさかシルバー川柳

孫の分
ついでいさ目に
F・Kさん
切るケーキ

長電話
台所では
I・Sさん
フタおどる

頼る子と
星んで囃る
H・Hさん
血圧計

戸坂公民館で開催中の川柳サロンの講師 山本恵子先生に、戸坂包括に投稿していただいた多数の川柳の中から、3句選んでいただきました！

※お名前記載の確認が取れなかった2名の方は、イニシャル表記にさせていただきますのでご了承ください。

そうだ！困りごとなくし隊

惣田町内会住民の“ちょっとした困りごとをお手伝いしたい！”という惣田町内会有志が隊員となり、『そうだ！困りごとなくし隊』が結成されました。

早速、一人暮らしで自宅周辺の伸びきった雑草に困っている方から依頼を受け初出動！隊員があっという間に草を取りました。「自分ではできなかったけど、助かりました」と感謝の言葉があり、隊員の皆さんも笑顔に。

「困りごとがあれば、隊員に相談してください」と代表の山路会長をはじめ隊員の皆さんはやる気にあふれています。年内（12月）まで“**無料お試しキャンペーン中**”ですので、お気軽にご利用ください。

そうだ！困りごとなくし隊

内容：草取り、お墓掃除、電球・蛍光管取替、衣替え、大型ゴミ搬出、家具移動等

料金：「無料お試しチケット」で1世帯1回利用可能（R6.12まで）。

※それ以降は検討中です。

申込：惣田町内会 山路会長
(090) 4802-3482



あっという間にきれいになりました！