

地域包括支援センターの役割

あなたの元気を 応援します

身体の機能や体力に不安がある方や、今の健康を維持したい方への介護予防の取り組みの支援を行います。



「困ったなあ・・・」を 一緒に考えます

高齢者やその家族の介護・福祉・保健・医療に関する相談を受け、必要なサービスを紹介します。

明野地域包括支援センター



- ・職員は、主任ケアマネージャー・社会福祉士・保健師の3職種+事務員
- ・チームとなって地域で暮らす高齢者を支援します

お気軽に
ご相談ください

TEL:097-529-5705 FAX:097-529-5706
あけのアクロスタウン一番街1階

地域の協力体制を支えます

高齢者を支える地域のケアマネージャーの支援のほか、高齢者にとって暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関と連携を取りながら支援します。



高齢者の権利と尊厳を 守ります

高齢者が安心して暮らせるよう、消費者被害等の相談を受けるほか、成年後見制度の紹介や虐待事例の早期対応をします。

令和6年度 上半期活動内容



- ◎ 明治明野公民館にて高齢者疑似体験
- ◎ 各サロンへの参加
 - ・ 講話 テーマ「熱中症予防」「成年後見制度」「施設入居」「食のとりかた」「特殊詐欺」・・・など
 - ・ 運動、身体機能評価
- ◎ 認知症カフェへの参加
- ◎ 介護予防教室開催 テーマ「口腔の健康について」



10月は体力づくり強調月間

昭和39年（1964年）のオリンピック東京大会を契機に、国民の積極的な健康・体力づくりの取り組みを進め、保健・栄養の改善や、体育・スポーツ・レクリエーションの普及などを推進するための体力づくり国民運動が始まりました。

昭和44年（1969年）から毎年10月を「体力づくり強調月間」とし、国民一般に健康・体力づくりを呼び掛けるなどの運動を展開しています。



パワーアップ教室に参加して 運動習慣を身につけてみませんか？

パワーアップ教室とは

日常生活の自立を目的に、作業療法士、理学療法士、栄養士、歯科衛生士が、運動・口腔機能の改善や栄養改善のプログラムを3カ月間（週1回）実施し、自宅でも続けられるよう支援します。



パワーアップ 教室事業所

実施場所・曜日・ 時間

①明和記念病院

老健めいわ1階
金曜
14:30～16:30

②大分健生病院

在宅総合センター
1階
水曜 14時～16時

明和記念病院担当者より☆

めじろん体操だけでなくバランスを鍛えるステップ練習にも取り組んでいます。また、管理栄養士による専門的な栄養指導や言語聴覚士による口腔機能の評価など専門職が個別に丁寧に支援していきます。

体験者の声

習った運動に毎日取り組み、背中がまっすぐになって、スタッフの方が一緒に喜んでくれました。行けば楽しいし、気持ちが変わる。皆さんとても勉強されており、配慮してくださる。いい方たちに巡り合い感謝しています。

84歳 女性

明野地域のパワーアップ教室に大分豊寿苑が加わりました！

日時：毎週水曜日 13:30～15:30
週1回 3カ月間（全12回）

会場：大分豊寿苑 新館2階
（大分市皆春1521番地の1）

介護も病気も予防が大切！

「運動」「栄養」「食べる口（歯）」に注目して、理学療法士、管理栄養士、歯科衛生士が「今日からできる介護予防」をお伝えします！



広々とした訓練室
と充実の機器で
運動できます



一人ひとりのお悩みに応じて、専門職がアドバイスをいたします。

自宅で取り組める内容で教室参加の効果がアップします。