

センター長からの挨拶

4月1日付けで明野地域包括支援センターのセンター長に着任した齋藤です。

私は、明野地域包括支援センターに所属する前は、施設で高齢者の相談業務に15年程携わっていました。相談業務を行うとともに、常に積極的に地域に出向き、地域住民の方の声を拾いあげていくことを心掛けてきました。「この間、〇〇で見かけたよ」「また教室に来てよ」と声をかけていただくことも多くあります。これからも多くの方の声を聴くことを楽しみに、センター業務を頑張っていきたいと考えています。



終活してありますか？ -日の出町サロン-

2月10日に日の出町サロンで行政書士の後藤様をお招きして終活についての講義を行いました。32人の方にご参加いただき、終活についての困らない為の基礎知識について勉強をしました。

「家の名義が前の代のままになっていないか」等具体例をあげながら、相続についても説明を頂きました。

自分自身や配偶者・子ども等が困らないためにも、自分がこれからどう生きたいかを考えてみてはどうでしょうか。

また、大分市が作成したエンディングノートが明野包括支援センターにもありますので、必要な方はぜひお立ち寄りください。



3カ月間の短期集中介護予防サービス 『パワーアップ教室』のご案内



日常生活の自立を目的に、理学療法士、作業療法士、栄養士、歯科衛生士等が、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。参加費は1ヶ月あたり500円です。

【対象者】

- **要支援1・2**の認定を受けている人
- **65歳以上**で、基本チェックリストで**生活機能の低下が認められた人**

【場所】 ※次のどちらかを選択

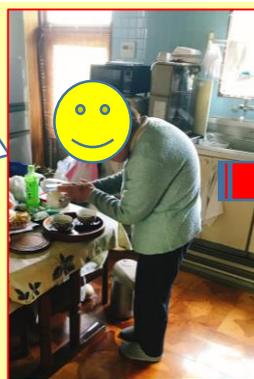
- 介護老人保健施設「老健めいわ」（金曜日）
- 大分健生病院リハビリ室（水曜日）

参加者の声

見て下さい！
こんなに姿勢が
よくなりました♪

明野在住 Aさま

私は、令和元年12月からパワーアップ教室に参加しました。始めた頃は背中が曲がり、転びやすかったのですが、教室に通うようになって姿勢がよくなってきました。運動だけでなく栄養や口の健康のことも教えてくれるのでとても助かっています。



参加前



参加後

社会資源マップを作成しました

明野圏域 社会資源マップ



明野地域包括支援センター作成

皆さんにご協力いただいたおかげで、今回明野圏域の社会資源マップを完成させることができました。

内容として、明野の圏域にある介護保険サービス事業所やサロンや体操教室などの一覧や、それぞれの紹介を掲載しています。また、明野のどこに何の事業所があるかの地図も載せています。

ご入用の方は明野包括に立ち寄っていただくか、大分市役所のホームページにも資源マップを掲載していますので、そちらからダウンロードしていただければと思います。

毎年度内容も更新予定ですので、資源マップに今後載せて欲しい情報などありましたら、ご連絡頂ければと思います。