

城東地域 包括支援 センター

令和6年2月発行 No.14

地域のお役に立てる
よう頑張ります★

城東地域包括支援センターは、
城東中学校校区が担当です。
電話：**558-6285**まで★

敬老会

10月22日

東大分校区敬老会。城東中学生の演奏・日本舞踊の舞や合唱や詩吟などが開催されました。包括は健康相談で参加させていただきました。



10月28日

津留地区長寿を祝う会。大分高等学校書道部や津留児童によるパフォーマンス、長寿の個人表彰がありました。包括は体操で参加させていただきました。どちらも久々の集合開催。スタッフの皆様のご結束を感じました。皆さん笑顔で交流され、長寿を喜ばれていました。



今津留地区認知症予防教室

今津留地区認知症予防教室6回シリーズの5回目は、「笑いヨガ」でした！

未経験者の方が多く、皆さん最初は気恥ずかしい様子でしたが、中盤になるころには笑顔が溢れておりました。「10分間の笑いは30分のジョギングと同じ運動量」なんですって！

確かに、皆さん、11月にもかわらず、うっすら汗をかき、上着を脱いで参加されていました。生活の中に笑いがあって、それが健康にも役に立つなんて素敵ですね。今年も笑顔溢れる一年になりますように！



城東圏域地域ネットワーク会議

令和5年度 城東圏域地域ネットワーク会議が、12月7日（木）に開催されました。予想をはるかに超える70名のご参加を頂き、地域のリーダーの方々の意識の高さを実感しました。

「地域活動と認知症予防の効果について」佐藤病院の萩原聡先生に御講話を頂き、最新情報を得ることが出来ました。3事業所に地域での活動や取り組みを発表をして頂き、改めて地域力の高さを知ることが出来ました。グループワークでは、活発な意見が多く出て、時間が足りませんでした。今回のグループワークでの意見を参考にして、現在「城東地域福祉マップ」を製作中です。ご期待ください。

