

第5包括の GO! FIGHT! だより 第7号

【秋号】

発行人：若松第5地域包括支援センター
〒965-0001
会津若松市一箕町大字松長字下長原 152 番地
TEL 0242-39-2779 / FAX 0242-39-2300
HP アドレス onchifukushikai.com

～地域ケア会議を開催しました～

介護保険制度は平成12年に施行され、定期的に改正を繰り返しています。3年を1期として作成される「介護保険事業計画」は、介護保険法に基づき地方自治体が策定する介護保険の保険給付を円滑に実施するための計画ですが、第9期は来年度からスタートします。計画を作るための基礎として、今回のケア会議では、第8期計画の成果と課題について話し合い、第9期計画で地区が目指す姿について、一箕地区（9月11日開催）と湊地区（9月4日開催）でそれぞれ話し合いを行いました。

湊地区
「湊たすケアい会議」



一箕地区
「一箕いきいき会」



【認知症サポーター養成講座】(9月13日一箕公民館にて開催)

認知症サポーターとは…

認知症について正しく理解し、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者のこと。

～受講者の声～

今日から私も
応援者です。



認知症の方との接し方を
見直す良い機会になりました。

認知症の正しい知識を
学ぶことができました。

介護予防教室



～ 体と心の健康教室 ～

心身の健康維持にとっても重要な役割を果たしているのが自律神経です。
自律神経が乱れると心や体に影響を及ぼします。
自律神経を整えるために今から自分でできることは何か学び、
実際に体を動かして健康でいるためのからだ作りをしましょう！！



開催要項

日時：11月17日(金)

時間：10時00分～11時00分

場所：一箕公民館

内容：健康のためのからだ作りストレスケア

*健康講話 *運動

講師：メンタルと整体のお店 SUPPLE

大川原 幸世氏

※お申込み〆切は11月10日です。定員は20名となります。

[お早めにお問い合わせください。](#)

手話通訳
付き♪



【講師のご紹介】

大川原 幸世氏 理学療法士 メンタルコーチ

自律神経の不調がある方、痛みがある方、悩みがある方、スポーツをしている学生などを整体やメンタル面からサポートしています。

【申込み・お問合せ】

若松第5地域包括支援センター

TEL:39-2779 FAX:39-2300

※FAXでのお申し込みも可能です。

FAXでお申し込みされる方は名前、住所、電話番号を記載し、
お問い合わせ先までFAXしてください。



お気軽に
ご参加ください

枝雪零苑

検索

「Go!Fight!だより」はHP
からもご覧頂けます。