

# 第5包括の

ゴー! ファイト!  
**GO! FIGHT! だより**

## 第2号

令和4年2月10日

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](http://onchifukushikai.com)

「とにかくやってみよう!  
地区のみんなをききながら  
つなごう!」

### ← 一箕・松長地区 わたしたちのスローガン

#### 〈地域ケア会議〉

地域ケア会議は、包括支援センターが主催し、地域の有識者と地域の課題を把握・共有し、解決に向け検討していく会議です。

これまでは多くの有識者の方々に出席して頂いておりましたが、令和2年度より新型コロナウイルスの感染対策を図るために人数を限って開催しております。

昨年度は一箕・松長地区、湊地区それぞれに「これまでとこれから」の意見を出し合い、スローガンを作りました。令和3年度よりそのスローガンを基に支え合いの地域づくりのための手法を話し合っています。

「みんなと安心域が  
輝き続けるまち  
をつくらう!」

### 湊地区 わたしたちのスローガン →

一箕・松長地区@一箕公民館



湊地区@湊公民館



地域ケア会議の様子

## 「通いの場」情報

地域にはサロンやふれあい会といった楽しい「通いの場」がたくさんあります！聞いたことはあるけれど、どこでいつ開催しているの？行ったことないけど交ざれるの？といった声が包括に寄せられました。活動している団体はたくさんありますが、その中からいくつか紹介いたします！

〈藤原ふれあい会〉

藤原町内会館

第3月曜 10時～



講師を招いて運動教室！

〈ツルナギサロン〉

下柳原町内会館

第3金曜 9時30分～



みんなで脳トレにチャレンジ！

〈金堀ふれあい会〉

金堀集会所

第4火曜 9時30分～



出前講座で介護予防！

〈大塚二区サロン〉

大塚二区ふれあい会館

第2水曜 9時30分～



道具を借りてレクリエーション！

〈守屋ふれあい会〉

湊地区 経沢集会所

第2木曜 9時30分～



正月飾りを作りました！

〈中田ふれあい会〉

湊地区 中田集会所

第1月曜 9時30分～



身近な物で筋力アップ！

感染症対策を徹底し安全・安心に開催している団体、再開に向けてたっだいま準備中の団体がございます。興味がある方はまず第5包括までご連絡ください。これからも地域で輝く活動をお伝えしていきます！

## 「いきいき百歳体操」始めました！

一箕町八幡地区にある「八幡むすばるクラブ」では、これまでの月1回のサロン活動に加え、毎週「いきいき百歳体操」を始めました。

「いきいき百歳体操って聞いてたけどどうなの？」という声がかきかけでした。実際に体験されると「体に効いている！」「なんかスッキリする！」「これなら続けられそう！」という声が続出！参加者満場一致で開始決定！

現在、八幡町内会館で毎週水曜日 10時からおこなっています！！

会津若松市、第5包括はみなさんの「やってみたい」を応援します！！お気軽にご相談ください！



## 新入職員紹介

認知症地域支援推進員  
杉本直子です！

令和3年8月  
より明るく  
元気に活動中！



枝雪零苑

検索

「Go!Fight!だより」はHP  
からもご覧頂けます。