

✓ 活動紹介【神根東健康愛好クラブ】



地域の自主運動教室です。
健康維持だけでなく、地域の方との交流を図ることで
介護予防にもつながります。
講師の羽生先生の話も面白く、楽しい雰囲気です。

- ❖ 日時：毎週火曜日（1部）13:05～13:50
（2部）14:00～14:45
- ❖ 講師：羽生先生（JSS 柔整シニアサポート）
- ❖ 会費：R4年度 月額1200円／年間保険料500円

🗨️ 神根東包括の取り組み

- 認知症サポーター養成講座
地域の方に向けて公民館等で開催したり、小中学校での開催を予定しています。
認知症を正しく理解して地域みんなで支えあいましょう！
- 高齢者体験
関節の動き等を制限する用具を装着して動作の不自由さを体感し高齢者の気持ちを考えます！
- 第2層協議体
高齢者が自分の住み慣れた地域で安心して暮らし続けることができるようにみんなで支えあう地域づくりに取り組んでいます。その協議をする場が2層協議体です！
- 地域清掃
神根東包括の職員が定期的に地域の清掃を行っています。
きれいな地域は防犯にもつながります。また地域清掃をと
おして地域の方との顔の見える関係を築きたいと思ひます。



【高齢者体験の様子】



神根中学校で認知症サポーター養成講座

開催しました！

川口市内の学校ではオンライン授業にTeamsを導入しているの
で、今回はTeamsを使ってリモートで講座を開催しました。講義
後は生徒の皆さんが積極的に質問してくれました。

「周辺症状ってどんな症状ですか？」
「認知症は僕たちみたいなお子さんになるんですか？」
「お父さんが約束を守ってくれないのは認知症ですか？」

今回講座を受けた中学生の皆さんも

認知症サポーターの一員です！



ネタ帳 【花粉症セルフケア】

- 花粉情報をチェック
気象情報や花粉情報を入手しましょう。
- 外出を控えめに
花粉飛散の多い日の外出はなるべく控えましょう。
- 外出時は完全防備
帽子・メガネ・マスク・マフラーを身につけて。コートもツルツルした素材を選びましょう。
- 帰宅時は玄関で花粉をシャットアウト
衣服・ペットなどについて花粉は、外ではらってから室内へ。洗顔、うがいを体についた花粉を洗い流しましょう。
- ドア・窓を閉める
花粉の飛散が多いときは、ドアや窓を閉めて、花粉の侵入を防ぎましょう。
- 掃除はこまめに
室内にはかなり花粉が侵入しているので掃除をこまめに行いましょう。



【記念すべき第1回】



核家族が増える中、最後は必ず一人になるってこと考えたことありますか？

手助けしてもらえる方が居ますか？

家族も大事ですが、最後は近所の方、友人が必要になります！

神根東地域包括支援センターでは、こんな不安を解消できるような地域を目指して日々取り組んでいます！



包括所長 並木
(主任介護支援専門員)

職員の
独り言

川口市高齢者サービス情報検索サイト【かわぐち元気ナビ】

お住まいの地域の相談窓口や運動教室、サロン活動、買い物や家事などの生活支援サービス、介護サービス事業所などをパソコンやスマートフォンから検索することができます。



“かわぐち元気ナビ”で検索
<https://chiiki-kaigo.casio.jp/kawaguchi>



サロン活動



運動教室



家事支援



介護サービス



QRコード

～お気軽にご相談ください～

高齢者の総合相談窓口
神根東地域包括支援センター

☎ 048-298-3822

🏠 川口市大字石神1560-1
特別養護老人ホーム紫水苑内

【担当地域】

赤芝新田、赤山
新井宿、西新井宿
石神、神戸
源左衛門新田