

赤羽高齢者あんしんセンターだより

2017年10月1日 第78号

秋分の日が過ぎ、一気に秋らしさが増してきましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか。いくらか過ごしやすい日々が続いております。朝・夕はひんやりと寒くなりますので、体調にはお気を付けてください！



10月

日時	名称	内容
10月3日(火)	『赤羽うきうき☆いきいき教室』 時間：10:00～11:30 場所：赤羽会館4階 小ホール	元気はつらつ介護予防サロンです。介護予防リーダーによる筋力アップ体操を行います。 電話にて予約をお願いします。
10月17日(火) ※第3火曜です。	『うたごえサロン』 時間：10:00～11:30 場所：赤羽会館4階 小ホール	懐かしい歌、楽しい歌、あんな歌、こんな歌をみんなで楽しく歌いましょう。
10月17日(火)	『赤羽よりどこ・ララ・ら・かふえ』 時間：13:30～15:30 場所：ララちゃんのおうち(ララガーデン内) ※赤羽岩淵中学校の向かい側です。	赤羽2丁目のすずらん通り商店街にある高齢者ふれあいサロンです。お気軽にお立ち寄りください。
10月27日(金)	『オレンジカフェ・きたい～なここにこカフェ』 時間：13:30～15:30 場所：赤羽会館4階 小ホール	認知症の方やご家族、地域で活動したい方など、どなたでもご参加可能です。ご相談コーナーもあります。

予告 11月より新しいサロンが誕生します！！

来月より高齢者ふれあいサロンの一貫として、ものづくりサロン『めぐり』が誕生します！

場所は、ララガーデン内のダイエーのお隣にある『めぐりや』さんです。

ものづくりをメインとした趣味活動サロンです。月によってテーマを変えて、参加者の皆様からご意見をいただきながら、全員で作りに上げていきたいと思っています。

手芸や、絵手紙、俳句などなど、やりたいこと募集中です！！

毎月第1もしくは第2木曜日 15:00～16:30 開催予定



新しい職員の紹介

新しいセンター長が着任しました！

9月16日より配属となりました由井(ゆい)洋子と申します。生まれも育ちも赤羽です。皆様のお役にたてるよう頑張ります。





インフルエンザ予防接種を受けましょう！！

毎年、寒くなると流行し始めるインフルエンザ。インフルエンザは、感染すると普通の風邪に比べて全身症状が強く、高齢の方がかかると肺炎など合併症を起こし重症化することがあります。インフルエンザ予防接種は、高齢者の発病防止や特に重症化防止に有効であることが確認されています。

予防接種を受けてからインフルエンザに対する抵抗力がつくまで2週間程度かかり、その効果が持続する期間は約5か月間とされています。より効果的に有効性を高めるためには、毎年インフルエンザが流行する前の12月中旬までに接種を受けておくことをお勧めします。65歳以上の高齢者の方、またその他対象の方には、『高齢者インフルエンザ予防接種予診票』が送られますので、費用や実施医療機関などの詳細に関しては、ご自宅に届きます案内をご確認ください。

※9月10日号の北区ニュースにも掲載されていますので、ご参考にしてください。



9月の行事報告

うたごえサロン



ララ・ら・かぶえ



うきうき・いきいき教室



にこにこカフェ



9月のららカフェでは、ボランティアさんによる絵本の読み聞かせが行われました。小さい子どもたちが5人も遊びに来てくれました★

家族介護者教室



「地域のつながいを広げよう～住民の「欲しい！」をかたちに～」をテーマに皆様と話し合いを行いました。

赤羽圏域地域包括ケア連絡会



赤羽在宅クリニックの小畑院長をお招きし、自宅での看取りについてお話しいただきました。

～怖くない自宅で看取り～



発行元

赤羽高齢者あんしんセンター（赤羽地域包括支援センター）
〒115-0044

北区赤羽南 1-13-1 赤羽会館 6階

TEL:03-3903-4167

FAX:03-3903-4257

E-mail:uraraakabane@uraranext.com

「赤羽地域包括支援センター」は北区からの委託事業により、地域の高齢者の相談窓口の仕事をしております。お気軽にご相談ください。