

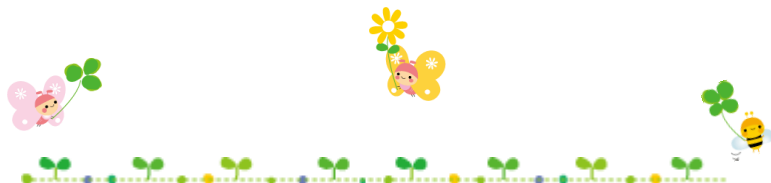
赤羽高齢者あんしんセンターだより

2018.3 83号

寒さが和らいでくると、くしゃみ・鼻づまり・目のかゆみなどの花粉症の症状でお悩みの方もいるのではないのでしょうか。対策として、マスクやメガネをするほかに、室内を加湿する・入室前に衣服を払う等をするとういそうです。



日時	名称	内容
3月13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 *第2週目の開催です	3月は北区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。
3月8日(木)	ものづくりサロン『めぐり』 時間：15:00～16:30 場所：めぐりや ※ララガーデン内ダイエー並びの薬局のお隣です	ものづくりをメインとした趣味活動サロンです。3月はアクリルたわし作りに挑戦！ 参加費300円（材料費含む） 電話にて予約をお願いします。
3月17日(土)	岩淵仲良サロン『ORURI(おおるり)』 時間：10:00～11:30 場所：おおるりデイサービスセンター (岩淵町9-16-101) 岩淵小の近く	1月より新しく始まったふれあいサロンです。 おおるりデイサービスをお借りし、どなたでもご参加いただけるサロンです。
3月20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	赤羽2丁目のスズラン通り商店街にある高齢者ふれあいサロンです。のぼりを目印に、お気軽にお立ち寄りください。
3月23日(金)	『ルンザカフェ・きたい～なにこにこカフェ』 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。参加費100円 ☆3月は臨床心理士がいます
3月27日(火)	『赤羽うたごえサロン』 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。



認知症を理解する 講座を開催しませんか？



内閣府の推計では『認知症患者数が 2025 年には、5 人に 1 人になると見込まれている』と発表されており、認知症の方だけでなく、介護されているご家族を、地域で支えていく仕組み作りが必要とされています。

その一端を担うのが、**認知症サポーター養成講座**を受けて、認知症について理解した**サポーター**です。講座を受け、温かく見守ることから一緒に始めてみませんか？養成講座は、90分ほどで、少人数でも開催できます。お気軽に赤羽高齢者あんしんセンターまでお問い合わせください。



餅つき大会 おおるりデイサービスセンター

おおるりデイサービスセンター主催で、地域の皆さんも招いての餅つき大会が開催されました。こちらでは、1月から始まったサロンでもお世話になっています。今回はその模様をお届けします。サロンへのご参加もお待ちしております♪

まずは
こねる！



そして、つく！
あっあれ～(@_@)



みんなの大爆笑を
さそいました☆



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

「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。