

すこやか
倶楽部



「すこやか倶楽部」での創作活動。この日は38人が集まり、在宅介護支援センター職員の説明を聞きながら牛乳パックと色とりどりの和紙を使ってきれいな小物入れを作り、楽しいひとときを過ごしました。

(1月30日、札幌市稲寿園研修室)



痴ほう性
高齢者
介護者教室

星置地区福祉のまち推進センター（4ページコラム参照）との共催で開かれました（全4回）。第1回のこの日は講話「痴ほう症とは？」。約30人の参加者は、在宅介護支援センター職員による具体例を交えての分かりやすい解説に熱心に聞き入りました。

(2月2日、星置地区センター)

心も体も
生き生きと

できる限り介護を必要とせずに暮らせるように、また、介護状態の進行を防ぐために、普段の生活の中で予防に取り組んでいくことを介護予防といえます。

地域型在宅介護支援センターで行っている介護予防事業が「すこやか倶楽部」。おおむね60歳以上の外出する機会が少ない方や健康に不安のある方を対象に、閉じこもり防止や心身機能の低下の予防を目的として、センター職員による講話や、健康チェック、体操、レクリエーションなどが行われています。

地区会館や集会所など、利用者が歩いて出掛けられる場所で開催、食事代や材料費などの実費以外は無料です。気軽に足を運んでみてはいかがでしょうか。

また、高齢者を介護している家族や地域の方々を対象に「家族介護者教室」や「痴ほう性高齢者介護者教室」が開催されており、介護の知識や技術を身に付けることができます。

地域型在宅介護支援センター

●在宅介護支援センターあけぼの

曙5条2丁目2-21 札幌市稲寿園内 ☎684-6110 FAX682-1751

担当区域 前田7～10条17～20丁目、曙（2条5丁目除く）、手稲山口48・83～91番地

●在宅介護支援センター新発寒・前田

新発寒5条7丁目1-54 札幌秀友会病院横 ☎685-6001 FAX685-1123

担当区域 新発寒、前田（軽川以東）

●在宅介護支援センターほしおき

星置1条4丁目2-10 ライフほしおき内 ☎694-1441 FAX694-8885

担当区域 星置、星置南、手稲山口（48・83～91番地除く）、曙2条5丁目

●在宅介護支援センターまえだ

前田1条12丁目2-8 手稲溪仁会病院前 ☎685-3141 FAX685-3228

担当区域 前田（あけぼの、新発寒・前田の担当区域以外の条丁目および全番地）

●在宅介護支援センター稲穂・金山

稲穂5条2丁目6-1 手稲あんじゅ内 ☎685-8201 FAX685-8300

担当区域 稲穂、金山

●在宅介護支援センター富丘・西宮の沢

西宮の沢4条3丁目302-9 愛輪園内 ☎683-5561 FAX683-5173

担当区域 富丘、西宮の沢

●在宅介護支援センター手稲中央

手稲本町2条2丁目1-1 村田ビル1階 ☎682-1294 FAX684-8066

担当区域 手稲本町