

集まろう！ 集いの場

問 高齢介護課 ☎0176-51-6720

高齢者がいつまでも元気で暮らしていくための活力となる「集いの場」。地域住民が気楽に集まり、一緒に活動内容を決め、誰もが参加できる地域交流の場です。

集まった一人一人が主役となって関わることで、楽しさや生きがいを見いだし社会参加の意欲を高めるほか、閉じこもり防止、介護予防、認知症予防などにつながります。

今号では、自主的に健康づくり、介護予防の取り組みや地域貢献活動をしている「集いの場」を紹介します。

うしろの 後野シニアクラブ (代表：松橋 泰彰 さん)

活動場所 後野集会所

開催日 毎月第3日曜日 午前10時～正午

活動内容 料理教室（偶数月）、お話し、ゲーム、季節の催しなど



代表の松橋さんの声

料理教室は2カ月に1回開催しています。みんなで和気あいあいとおしゃべりをしながら作っています。それがみんなの元気の源になっていると思います。

料理教室以外にも、いろいろな活動を楽しんでいます。これからも会員が楽しめることに取り組みたいと思います。

「後野シニアクラブ」やお近くの集いの場に行ってみたい人、集いの場を始めたい人は、高齢介護課までお問い合わせください。

ぐれっと！～たすけ愛・ささえ愛の生活支援サービス情報誌～

本市で活動している集いの場の情報をまとめた「集いの場マップ」を掲載しています。

▶配布場所

市役所高齢介護課窓口、市社会福祉協議会、市内の在宅介護支援センター

▶市ホームページにも掲載しています。



いきいきと生活する地域づくりを応援！

在宅介護支援センター

在宅介護支援センターでは、高齢になってもいきいきと元気に過ごすために、お互いに支え合える仲間づくり・地域づくりをお手伝いしています。お気軽にご相談ください。

- ▶「集いの場」の立ち上げ・継続のお手伝い
- ▶地域いきいき教室（介護予防教室）の開催
- ▶高齢者のお宅訪問（介護予防事業の紹介や、必要に応じて関係機関へつなぎます。いざという時に備え、緊急連絡先を確認しています）
- ▶認知症サポーター養成講座の開催

在宅介護支援センター名	連絡先☎	担当地域（小学校区）
在宅介護支援センターみちのく苑	0176-25-7700	三本木
在宅介護支援センターキャンパス	0176-58-6606	東、藤坂、高清水
在宅介護支援センター八甲荘	0176-58-5535	北園、深持
在宅介護支援センター老健とわだ	0176-27-3130	大深内、ちとせ
十和田在宅介護支援センター	0176-22-6666	南（旧下切田除く）
在宅介護支援センターハートランド	0176-25-2221	西、旧下切田、四和
在宅介護支援センターおいらせ	0176-72-2052	沢田、法奥、十和田湖

※お住まいの小学校区の在宅介護支援センターまでご相談ください。