No.8

高齢者 あんしん 支援センターだより

R5. 1

年を重ねても、住み慣れた地域で安心して 自分らしい暮らしが継続できるために

高齢者あんしん支援センター（出雲市地域包括支援センター）は、高齢者の生活・福祉・介護・保健等あらゆる相談に対応する総合相談窓口です。地域の皆さんや関係機関の皆さんと連携を図りながら、高齢者の暮らしを支える取組みをしています。

「通いの場」の活動を支援しています

「通いの場」とは、地域の方が身近な場所に集まり、体操や趣味活動などをとおして健康づくりや介護予防に取り組み交流するところです。あんしん支援センターでは、「通いの場」の活動を始めたり継続することを一緒に考えたり、 地域の方へ「通いの場」を紹介し参加を勧めるなどの支援をしています。

平田地区

オンラインで「通いの場」の活動再開

一昨年７月の豪雨災害の影響で、一部地区の道路が不通となり、講師の往来ができず活動が休止していました。そこで、オンラインでの活動再開に向け、出雲市主催の「高齢者デジタルサポーター養成講座」をメンバーの皆さんに受講していただくことにしました。
講座終了後、ＺＯＯＭを活用して久しぶりに開催することができ、みなさん喜ばれています。

大社地区

「通いの場」のパンフレット

大社地区の「通いの場」の情報をまとめたパンフレットを作成し、地域のケアマネジャーや住民の皆さんへ向けて配布しています。
地域には魅力的な活動をされている「通いの場」がたくさんあります。身近な「通いの場」を知っていただき、介護予防に取り組むきっかけになればと考えています。

身近な地域で気軽に介護予防を始めてみませんか？「近くの通いの場を見学してみたい」「これから活動を始めたい」などありましたら、お近くのあんしん支援センターへお気軽にご相談ください。

高齢者あんしん支援センター（出雲市社会福祉協議会）
出雲/25-0707　平田/63-8200　佐田/84-0019　多伎/86-7122
湖陵/43-7611　大社/53-3232　斐川/73-9125