

安佐・安佐南 地域包括だより

広島市安佐・安佐南
地域包括支援センター

〒731-0121

広島市安佐南区中須 2-19-6 3階

TEL (082) 879-1876

FAX (082) 879-7764

2023年7月発行 NO.69

広島市安佐・安佐南地域包括支援センターって？

安佐中学校区・安佐南中学校区で、総合的に相談を受けたり、介護予防の推進、権利擁護、虐待の早期発見・防止などの支援を行うセンターです。

「いきいき百歳体操」を取り組んでおられる
グループの紹介をします！！



フレッシュいきいき 100 歳体操

フレッシュいきいき百歳体操は、サーパスタウン大町にて毎週金曜日に活動しています。コロナウイルスの影響で現在は9:00~と10:00~の2チームに分かれ、40名程度の方が登録しています。

2019年から活動を開始し、今年で丸4年を迎えました。

年2回のビンゴ大会や誕生日会、通算100回の参加を迎えた方には表彰をするなど、皆さんが楽しんで参加できるようなイベントも行われています。

参加者の皆さんは健康に対する意識が高く、笑顔で楽しく活動されています。いつまでも元気で過ごすために前向きに取り組まれています。



任意後見制度をご存じですか？

任意後見制度とは、成年後見制度の1つで、現在、判断能力のある人が、将来、その判断能力が低下した場合に備えて、「誰に」、「どのように支援をしてもらうか」をあらかじめ契約により決めておく制度です。

例えば・・・

- ・まだ判断能力はしっかりしているが、ひとり暮らしのため将来が不安だ。
- ・自分が将来、病気や事故によって判断能力を失うことがあっても、できる限り、自分のライフプランにあった生活を送りたい。
- ・将来認知症になったり、病気で倒れたときに介護に関することなどの手続きを誰かに頼みたい。

気になることがあれば、**地域包括支援センター**に

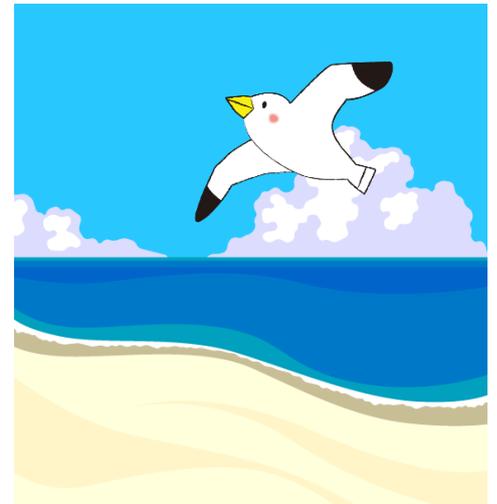
ご相談ください！

☎082-879-1876



2023年 <7月・8月・9月の地域包括支援センターの予定>

- 7月12日(水) 10:00~11:00
毘沙門台学区集会所 「成年後見制度と相続について」
- 7月12日(水) 13:30~14:30
安東公民館 やすひがしハツラツ塾「高血圧予防について」
- 8月24日(木) 10:00~11:30
鯛の迫集会所 鯛の迫サロン 「ウン知育教室」
- 9月4日(月) 13:30~14:30
のびのびサロン 「お口の健康について」
※大町集会所が耐震工事予定のため場所については包括まで
お問い合わせください
- 9月13日(水) 10:00~11:00
毘沙門台学区集会所 「自宅でも取り組める運動を学ぼう！」



※コロナ感染拡大防止の関係で予定が変更になる場合があります。

お問い合わせ先

広島市安佐・安佐南地域包括支援センター 電話：082-879-1876

※写真の掲載につきましては、ご参加いただいた方のご了解をいただいています