

伊勢原西部地域包括支援センター

2023年(令和5年)8月発行  
発行:伊勢原西部地域包括支援センター  
伊勢原市板戸38-1  
電話番号 0463-95-2111  
ファックス 0463-95-2220

# 包括だより

## 地域包括支援センターとは

高齢者等が住み慣れた地域で、安心して生活を続けられるよう、日常生活の困りごとに関する相談窓口です。介護保険の相談や年齢を重ねることでおこる身体機能の低下や認知機能の低下など、一人で抱えこまずに、お気軽にご相談ください。

## メ引ダイヤビック介護予防教室

6月19日(月)から、新しい介護予防教室がスタートしました。七五三引(しめひき)児童館で毎月第3月曜日午前10時から11時まで、ダイヤビック教室を実施しています。

当日は参加者19名と大盛況で、コロナ禍でしばらくみんなが集まる機会もなかったと、楽しそうに体操で身体を動かし、皆さんでおしゃべりを楽しんでいました。

参加のご希望やお問い合わせ等は、伊勢原西部地域包括支援センターまでお気軽にご連絡ください。



※ 8月は夏休みで子供たちが来るため、介護予防教室はお休みです。

## 自主化した団体案内(令和5年度から自主運営で活動を始めた団体)

### 峰岸元気サロン

ダイヤビック、毎月第1水曜日10:00~、峰岸集会所

### アローズダイヤビック

ダイヤビック、毎月第2金曜日10:00~、洗水集会所

### 串橋体操教室

体操、毎月第4火曜日10:30~、串橋自治会館

### 百歳体操高部屋

百歳体操、毎月第4火曜日、14:00~、高部屋公民館



※ 各団体への参加希望、問い合わせは伊勢原西部地域包括支援センターまで。

～開催しました～

●認知症サポーター養成講座

4/18、高部屋公民館（17名参加）、4/19、比々多公民館（14名参加）  
認知症サポーターが認知症の方やそのご家族を温かく見守りをして下さいます!!

●オレンジパートナー交流会

4/27、泉心荘にてオレンジパートナー13名が  
参加され活動報告や情報交換をする事ができました。  
現在、西部地域にはサポーターからステップアップした  
31名のパートナーさんが活動協力の登録をして  
下さっています。ご協力ありがとうございます♥



（パートナーさんとの交流会の様子）

～お知らせ～

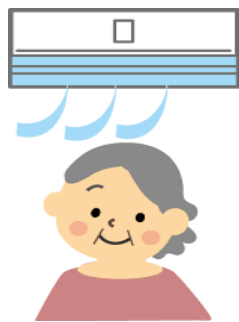
●9月はアルツハイマー月間です！（9/21は、アルツハイマーデー）

9/18、認知症関連のフェスタが伊勢原シティプラザで開催されます。  
詳細は広報にてご確認下さい。

9/21、各伊勢原地域包括支援センター内を夜間オレンジ色にライトアップします。  
（オレンジ色は、認知症のシンボルカラーです!）

熱中症に気を付けましょう

高齢になると体の水分  
量が減り、汗をかく機能  
や体温を下げる機能が低  
下し熱中症になりやすくな  
ります。節電も気になり  
ますが、健康を一番と  
し、エアコンや扇風機を上手に使用しましょ  
う。また、暑さに負けないからだを作るため  
に食事はタンパク質・ビタミン、クエン酸（梅  
干、レモン、酢の物など）を摂るように心が  
けましょう。



案内図



伊勢原西部地域包括支援センター  
0463-95-2111  
伊勢原市板戸 38-1  
お気軽にご相談ください

●新人職員紹介●



事務員  
栢 沼



介護支援専門員  
小 澤



介護支援専門員  
徳 永



社会福祉士  
柴 原

令和4年12月～令和5年4月に入职いたしました。よろしくお願いいたします。