

# 本宮第二地域包括支援センター

## からのお知らせ！

### 所長からのご挨拶



本宮市には、市の委託を受け各中学校区に地域包括支援センターが設置されています。

私たち第二地域包括支援センターは、第二中学区（青田・荒井・仁井田・関下・岩根）を担当しています。高齢者の皆さんが地域で安心して生活できるよう総合的に支援する機関です。

65歳以上の方はもちろん、障がいのある方、ご家族、近所の方もお気軽にお声掛けください。

### 新しい職員が入りました。

令和6年4月から社会福祉士として勤務しております。

菅野 真由美（かんの まゆみ）です。

赤い眼鏡とグレイヘアがトレードマークです。

人生の先輩である地域の皆様に教えていただきながら、皆様の健康と幸せを支えるお手伝いをさせていただきたいと思っております。

どうぞよろしくお願い致します。



### 当包括支援センターによくある、ご相談！

いつまでも元気でいたい。  
介護予防の方法は？  
介護保険ってどう使うの？

物忘れが心配。  
お金の管理が難しく  
なってきた。

一人暮らしの両親  
が心配です。

近所で健康について  
勉強会をしたい。

近所の高齢者の体調  
が心配……。家族の  
中で一人ぼっちで瘦  
せて来たかも……。



※秘密は厳守します。遠慮なくご相談ください。

お問い合わせは、本宮第二地域包括支援センター

0243-34-3344



裏面に活動の紹介があります。 → → → → → → → →

# あったかカフェ「まゆみ」の支援

我がまちを認知症になっても自分らしく暮らせる場所へ！


## あったかカフェまゆみ

4月9日	お花見	5月14日	健康体操！（まゆみの里）
6月11日	認知症に備えて！ （認知症初期集中支援チーム）	7月9日	ラベンダースティック （ボランティア）
8月13日	知ってる？クーリングオフ！ （酒類生活センター）	9月10日	高齢者に必要な栄養 （森永製菓）
10月8日	笑いヨガ（井上先生）	11月12日	昔しばなし（伊藤先生）
12月10日	クリスマス会 （ボランティア）	1月14日	身近な福祉用具 （東京インテリアMS）
2月	建国記念日でお休み！！	3月14日	家庭内の事故について

なんでも話せる関係づくりをしよう！

毎月第2火曜日・午前10時～11時30分開催


※イベント予定は、変更する事もあります。ご了承ください。



**電話**  
本宮市本宮第二地域  
包括支援センター  
**34-3344**

**主催**  
あったかカフェまゆみ  
ボランティアグループ

場 所：まゆみの実  
（東北病院敷地奥）  
会 費：ひとりあたり200円  
（お茶代）  
後 援：医療法人 落合会



認知症になっても、住み慣れた地域で暮らし続けられることを目指して、認知症の方もそれ以外の方もへだてなく過ごせるカフェをボランティアさんと開催しています。

〔場 所〕東北病院の奥

「まゆみの実」

〔開催日時〕第二火曜日

10時～11時30分

※祝日は、お休みです。



## 65歳以上の方を対象に！「フレイル予防講座」開催！

〔日にち〕	青田農構センター	8/1	8/15	8/30
	岩根農構センター	9/12	9/26	10/10
	仁井田公民館	10/2	10/16	10/30

〔時 間〕 10：00～12：00

〔内 容〕

	内 容
1回目	フレイルについての講話・体力測定
2回目	「脳の健康度チェック」・体力測定の結果返却
3回目	「脳の健康度チェック」の結果返却 脳トレ健康体操（よつば訪問看護リハビリステーション）

〔募集人数〕 各15名

〔締め切り〕 それぞれ1回目の1週間前です

〔持 ち 物〕 眼鏡・補聴器が必要な方はお持ち下さい

〔申し込み先〕 本宮第二地域包括支援センター

34-3344

3回セット！

