



この木 なんの木?? 第8号

きしろの木

広 報 誌
H 2 6 年 夏 号
地域包括支援センター きしろ
管理者 穂積 昌子
連絡先 ☎ 4 2 - 7 5 0 3

冷 夏と言われている今年の夏。皆さまいかがお過ごしでしょうか。
7月22日に関東でも梅雨明けし、30度を超える猛暑が続いています。
「のどが渴いたな～」と感じる前に、水分補給を欠かさず行ってくださいね!



8月～10月の行事予定

『シニア向け簡単ヨガ』

*介護予防教室

ゆっくり身体を動かして心もからだもスッキリしましょう… 65歳以上の方是非ご参加下さい

日時：9月22日（月）14：00～15：30

会場：大船体育館 競技場

講師：小宮 玲子 氏

（健康運動指導士・JEM ソフトヨガ公認 ヨガインストラクター）



『アロマでリフレッシュ』

*家族介護教室

～素敵な香りで心と体スッキリ～

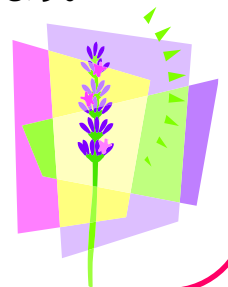
介護中の方だけでなく、今後介護を予定されている方など… どなたでもご参加できます。

日時：10月2日（木）14：00～15：30

会場：鎌倉芸術館 3F 第2会議室

講師：金原 早苗 氏

（看護師・温石薬石整体師・メディカルアロマセラピスト）



< 新任職員の紹介 >



●地域包括支援センターきしろ いわまつ かおり 岩松 香織

（職種：社会福祉士 担当地域：大船、小袋谷、高野）

こちらに越して来たばかりなので、一日も早く鎌倉のことを知り、皆様がお気軽に相談できるよう、業務に励みたいと思います。よろしくお願ひ致します。



●鎌倉市地域福祉相談室きしろ もり なつき 森 夏輝

（職種：社会福祉士 地域福祉相談室きしろ 相談員）

“相談室”というと難しく聞こえますが、あまりかじこまらず、身近な困りごとがあるとき、気兼ねなくご活用頂ける相談室を目指していきたいと考えています！



『認知症サポーター養成講座』(7/17)

地域の認知症キャラバンメイトを講師にお迎えし、認知症状や対応の仕方を学び、グループワーク等で話し合い、皆様熱心で大変喜ばれていました。



『リフレッシュサロン』(7/24)

心もからだもスッキリ!! リフレッシュ体操・茶話会を行いました。介護のストレスや日頃の疲れを分かち合い、皆さま、スッキリとお帰りになりました!



次回は、10/31(金)を予定しています。内容は楽しみに!

<お知らせ>

ちいきふくしそうだんしつ

7月1日より『鎌倉市地域福祉相談室きしろ』を開設

鎌倉市委託事業として、地域包括支援センターきしろに地域福祉の推進を目的とした、**鎌倉市地域福祉相談室きしろ**が併設されました。



身近な施設だからこそできる、福祉や生活に関わるご相談、「どこに相談したらいいかわからない」というお悩みも、ぜひお気軽にご相談ください。Tel(42)7501 (月)～(土)9:00～17:30開所

認知症サポーター養成講座 ～認知症を学び 地域で支えましょう～

出前講座のご案内

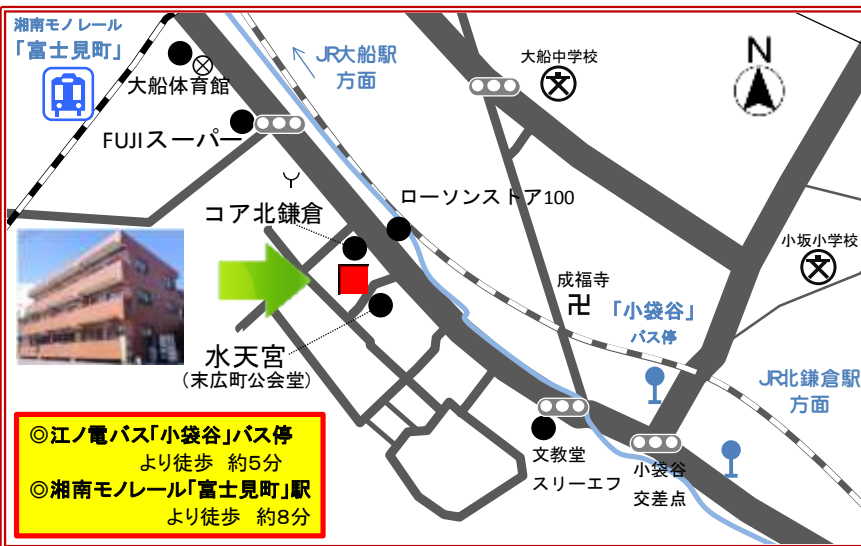
〈講座内容〉 ①認知症の理解と対応(講義) ②地域で出来ること(話し合い)

(所要時間: おおむね60～90分程度)

〈対象〉 市内在住・在勤の方の集まり(5名以上) *詳細はご相談ください



<所在地> 鎌倉市台5-2-8 第三マルモビル102



◎江ノ電バス「小袋谷」バス停
より徒歩 約5分
◎湘南モノレール「富士見町」駅
より徒歩 約8分

<出張相談窓口のお知らせ>
【大船行政センター】毎月第3水曜
時間: 13時～16時半
実施日: 8/20、9/17、10/15
より身近な環境での相談窓口として、
様々なご相談を受付けております。

【編集者のつぶやき】
皆さま、夏祭りの思い出にはどんなものがありますか?この時期になると、各地で例祭の準備を見かけることが多くなり、心踊らされます。私は射的が大好きでした。あまりにもずっとやっていて、親に叱られたことがあります…M