

2024

西部包括だより

第14号



新年 あけましておめでとうございます。

2023年は皆様にとってどんな年だったでしょうか。昨年を象徴する漢字は「税」という事でしたが、「戦」や「暑」等、不安な1年だったと思います。

包括支援センターでは、高齢者の方々の在宅での安心な生活をお手伝いしながら、生活コーディネーターを中心とした地域づくりも行っています。

2024年も皆様と共に温かい地域づくりに取り組んで参りたいと思っております。
地域の皆様のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます。

所長 茅野 佑

西部・塩尻地域リハビリテーションマップ 順不同



現在12団体で、月1回運動を行っています。

ひとりではなかなか運動できないという方にもおすすめです。

ご興味のある方は西部包括までご連絡下さい。

団体名	自治会名	会場	開催時間
1 かめさん体操	鎌原	鎌原自治会館	第3水曜日 14時～15時
2 緑が丘西区絆会	緑が丘西	緑が丘西区公民館	第1月曜日 10時～11時
3 スクエアステップランラン会	秋和	秋和児童センター体育館	第4木曜日 10時～11時
4 ARAYA笑顔まもりたい	新屋	新屋会館	第3火曜日 10時～11時
5 まめまめ体操クラブ	城北	城北自治会館	第3金曜日 10時～11時
6 こだま	常磐町	常磐町自治会館	第4木曜日 10時～11時
7 ふれあい体操教室	生塚	生塚自治会館	第4金曜日 10時～11時
8 秋和いきいきクラブ	秋和	秋和公会堂	第4月曜日 10時～11時
9 ふれあいいきいき体操	新町	新町公会堂2階	第2金曜日 10時～11時
10 ふれあい健康体操	下紺屋町	下紺屋町公会堂2階	第2火曜日 14時30分～15時30分
11 西脇健康サークル	西脇	西脇会館	第2火曜日 10時～11時
12 下塩尻まめまめ健康体操倶楽部	下塩尻	下塩尻公民館	第2火曜日 9時30分～10時30分

西部地域包括支援センター

上田市常磐城2256-1敬老園本部1階

☎0268-71-5712

2023年の活動

12月11日に第3回 西部・塩尻地区「**住みやすい地域づくりを考える会**」を開催しました。「地域で活動している団体、地域の薬局の地域貢献」をテーマに労協うえだ北澤隆雄様、高橋明彦様伊藤薬局伊藤久徳様に発表していただきましたので会の様子を少しご紹介致します。



「労協うえだ」の活動報告より

シニア世代が地域とつながりを持って、今まで培った技術や経験をもとに働くことで、人生100年時代を生き活きと生きることが出来る。シニア世代の新しい生き方や働き方について発表がありました。

参加者より

「労協うえだ」の新しい生き方に感動した。仕事で地域貢献出来る素晴らしさを知った。「労協うえだ」のようなシニア世代が活躍される場が上田市全体に広がればよい地域資源になるのではないか。などの感想が寄せられました。



「薬局の地域貢献について」

在宅療養における薬剤師の役割や訪問での服薬管理などで、地域包括支援センターやケアマネジャーと連携することで、地域におけるネットワークに薬局が大きな力になるとの発表がありました。

参加者より

薬局での取り組みを初めて知り、地域で支え合う仕組みが必要だと感じた。地域のネットワークで介護保険だけに頼らない支援のあり方の大切さに気付いたなどの感想が寄せられました。



9月26日に他職種の皆さんに集まっていたいただき、事例検討を行いました。



11月10日に3包括(中央・西部・神川)合同まちづくり講座を開催しました。

つながりを作る事例として新屋の取り組みを発表していただきました。(写真左)

このまちで健康に暮らすため、次世代に残したい地域の宝を出し合いました。(写真右)



<問い合わせ先>

上田市西部地域包括支援センター
受託法人: 社会福祉法人

敬老園

住所: 上田市常磐城2256-1

敬老園本部1階

電話: 71-5712