



由木かわら版

令和6年度 冬号

発行：

八王子市高齢者あんしん相談センター由木

八王子市下柚木 2-10-6 由木事務所内

042-679-1114 (FAX 042-670-2212)

令和7年の幕が開きました！「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が昨年成立し、「新しい認知症観」に基づき、認知症の人の声を起点とした支援を行っていくことになりました。希望を持って住み慣れた地域で生活が続けられるよう、全職員で支援させていただきます。

センター長 いけだ

認知症になっても 好きなことを続けよう

認知症と診断された方やその疑いのある方の多くの方々が、住み慣れたところで生活していらっしやいます。そしてご本人やご家族が自らの体験や思いを発信し、安心して暮らし続けられる八王子を目指して様々な取組みも行っています。来たる2月22日(土)午後、生涯学習センター(クリエイトホール)にて『認知症になっても好きなことを続けよう』と題して

イベントが開催されます。みなさまのご参加をお待ちしています。

日時：令和7年2月22日(土) 13:30~16:30

会場：生涯学習センター(クリエイトホール)5階ホール

内容：社会参加の取り組み 成果発表会

基調講演「認知症とともによりよく生きる」

ご本人達の演奏とトークセッション

申込み先：八王子市役所 高齢者福祉課

Tel 042-620-7244

要申込

先着160名



(eまちサミット)

エコバッグ
プレゼント!!



保健師・看護師による ゆぎ保健室

当センターではこの「由木かわら版」の他に、「はしる保健室」を発行しておりますが、お読みいただけていますでしょうか？

実は、たよりだけではなく歩いて行ける身近な地域に保健師・看護師が伺い、出張 ゆぎ保健室を開催しています。ゆぎ保健室は、お身体のことやお薬のことなどちょっとした相談はもちろんのこと、気軽に相談して立ち寄り、「誰かと話ができる」そのような場所にしたいと思っています。

当センターの圏域で今までトミンハイム上柚木・コーシャハイム下柚木で行っています。是非、お住いの自治会や集会所でやって欲しいというご希望やお借りできる開催場所の情報がありましたら、当センター保健師・看護師 かわさき・たむら までお知らせください。



出張 やつています

地域サロン紹介コーナー

覗いてみよう！



いきいきサロン なでしこ

開催場所：上柚木団地集会所（上柚木3-16）

いきいきサロンなでしこは、10年前に週1回から始まり、今や週3回になり大盛況です！人と人が関わり合う機会はとても大切です。参加される皆様の笑顔が、運営する私達の励みになります。

【活動：月・水・金（週3回）13時～16時、参加費：1回100円（お茶お菓子代）】



月曜日はカラオケ



♪歌が上手になり嬉しいです
♪思い入れのある曲を気持ち良く歌い拍手を浴びて大満足です。若返りました。（＾＾）



水曜日は囲碁・将棋・カフェ・（第3水曜）絵手紙

♪毎週楽しみに参加しています。集中力が勝負です！
♪絵は苦手でしたが「下手がいい！」の言葉に励まされ楽しく描いています。



金曜日はマージャン

♪脳トレに最高!! みんなで仲良く笑い合っ
て楽しくやっています。

開催場所：コーシャハイム下柚木3丁目集会所（下柚木3-3）

いろいろばたサロン

月1回のサロンです。毎回15～20名程のメンバーが集まり、お茶を飲みながらおしゃべりをしたり、レクリエーションや体操を楽しんだりしています。

【活動：毎月第2水曜日13時半～15時、参加費：1回200円（お茶お菓子代）】

普段は家に引きこもっていますが、サロンは
楽しみで毎回欠かさず参加しています！



素敵な作品ができました！



サロンで開催した演奏会をきっかけにウクレレを
始めました！今は奏者としても参加しています。

認知症サポーター ステップアップ講座のご案内

認知症サポーター養成講座を受けた後、何かしてみたいけれど、何から始めて良いのかわからない。1人ではできないけれど、認知症の方を含めた仲間と一緒に何かを始めてみたい！その様な思いを持っている方いませんか？次のステップのために講座を開催いたします。

ぜひご参加ください。

日時：令和7年3月13日（木） 14:00 ～ 15:30

場所：由木中央市民センター 2階 会議室1.2.3

対象：認知症サポーター養成講座を受講したことがある方

内容：養成講座の復習・仲間づくり・「意思決定」について考えてみよう（わたしの思い手帳 活用）

申込先：高齢者あんしん相談センター由木 042-679-1114 さくらい・よしだ