

ご参加して下さった皆様、
ありがとうございました。



8月18日（月）

かわしま茶ろん行いました！！

まだまだ汗ばむ暑い中、
たくさんの方が来て来て
くださいました。



今回は福祉関係者による方々が
遊びに来てくださり芸を披露してくださいました。
かわいいバルーンアートやジャグリング、アクロバット！！
すごかったですね。孫世代の子たちとの交流に皆様、自然と笑顔があふれでて
みえましたね。

次回の開催

11月17日（月） 10：30～

リバーサイド川島園 in大会議室



各務原市在宅医療・介護連携支援室 ゆい
中平様による
「人生アルバムサイコロトーク」を
開催予定しております

**地域包括支援センター
リバーサイド川島園**

発行元

地域包括支援センター
リバーサイド川島園
住所…川島河田町1348
電話番号…0586-89-2979



家族介護者教室

家族介護教室は、介護を行っている方や介護に興味のある方を対象とした講座です。家族介護をしている他の家族の話の聞いたり、悩みを共有したりする機会を持つことで困りごとや不安の解消、ストレスの軽減をする場です。



9月17日ライフデザインセンターにて公認心理士の岩田先生を講師に招き家族介護者教室を開催しました。

人生アルバムを活用しながら、自分や家族の人生最後の迎え方や、その為に必要な知識などを学びました。

医療処置や病気などの知識が無いといざという時に医者からの説明が理解できなくて自分で判断ができないという事態になってしまうこともあります。



次回は 元気なうちに最期をどう迎えるか考えたり話し合ったりすることが大切です。

12月17日水曜日川島ライフデザインセンターにて

舟渡裕子先生による『楽しく体を動かして、いつまでも健康！』をモットーとしたヨガレッスンを開催します！川島ライフデザインセンターで開催します！

お待ちしています。



11月6日 木曜日 10時より

フレイルチェック大会

参加
無料

フレイルは、年をとって体や心のはたらきが弱くなっていることをいいます。チェックを受けて、健康状態の振り返りをしましょう。



かかみがはら

フレイル予防で健康長寿

握力や足の筋力など8項目の体測定 質問票を使用して日常生活の振り返り 看護師・歯科衛生士・栄養士にも直接相談もできますよ！

お申し込みは川島包括まで 89-2979
お待ちしております！

握力測定に挑戦！

