

ほっとスマイル

第135号 令和7年11月発行
中央地区社会福祉協議会
(安城市総合福祉センター内)
でんわ 77-7888
ファックス 77-7891

高齢者のための福祉教室

『高齢者に多い 消費生活トラブルの対策と対応』



詐欺などの消費生活トラブルは
他人事ではありません！

悪徳商法の手口を知り、その対
策や巻き込まれてしまったときの
対応方法について学びましょう。

お気軽にご参加ください。

❖ 日 時: 令和7年 **12月5日(金)**

午前10時から午前11時30分まで

(受付開始: 午前9時30分から)

❖ 場 所: **総合福祉センター 2階 多目的ホール**

❖ 参加費: 無料

❖ 講 師: 永安 理磨氏 (愛知県消費生活総合センター 消費生活相談員)

❖ 定 員: 30人 (先着順)

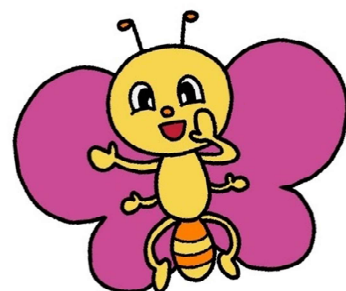
❖ 申込み: **11月1日(土)午前9時から**

窓口 **【総合福祉センター】** または

電話 **【77-7888】** にて申込みを受け付けます。

❖ 問合せ: 中央地区社協 (総合福祉センター内) 電話 77-7888

❖ 主 催: 中央地区社協 ❖ 協 力: 中央地区老人クラブ



中央地区 認知症に関する事業



開催 報告

認知症サポーター養成講座



8月23日（土）に、地域包括支援センター更生との共催で認知症サポーター養成講座を開催しました。当日は、29名が受講され認知症についての理解や対応のポイントなどを講義や動画から学びました。受講後には認

知症サポーターの証であるオレンジリングをお渡ししました。参加者からは、「認知症を正しく理解することはとても大事だと思った」

「安城市のサービスや相談窓口を知ることができ、ためになった」などの感想があり、認知症を『わがこと』として考える機会になりました。



今後の 予定

認知症サポーターステップアップ講座

認知症サポーター養成講座を受講された方が、さらに認知症の方やご家族の気持ちを知り、地域での活動や支援に理解を深めていただくために、市と共催で開催します。

ステップアップ講座を受講された方は、地域で暮らす認知症の方のために活動する「チームオレンジあんじょう」への登録が可能になります。

講座の様子は、次回以降の「ほっとスマイル」にて改めてご報告します。

いつまでもいきいきと！健康長寿をめざして

福祉委員会活動 × リハビリ専門職

中央地区内(南中学校区)の各地では、福祉委員会などが主催するサロンや健康体操教室が開催されており、地域住民の社会参加や介護予防に役立っています。

そんな定期的に行われるサロンや健康体操教室に、リハビリの専門職が関わる取り組みをご紹介します。

専門職がその専門性を活かして協力することで、いつもの健康体操やサロンにプラスした効果が期待できます。

今年度は、中央地区では、本通り・栄町、御幸、花ノ木、日の出、南町、城南、横山、赤松にて行います。

地域リハビリテーション活動支援事業とは？ リハビリ専門職が地域とかわることで、元気で自立した日常生活を送ることができる健康寿命を延ばすことを目的とした事業です。

体力チェックを行い、

現在の身体状態を

数値化し、把握します

※リハビリ専門職が介入するのは年1回です

- ✓ 30秒椅子立ち上がり
- ✓ 片足立ち
- ✓ 握力

など

※会場により項目は
変化する場合があります

体力チェックシート

健康体操に参加するなど

自分に合った運動を
日常で心がけます

現在の生活を見直したり、

健康状態に合わせて、専門職から
アドバイスを受けます



昨年度の赤松での様子

総合福祉センターからのお知らせ



総合福祉センター

気になったらお電話を！

高齢者サロン

★花かご小物づくり

(毎月第2金曜日) 13:30~15:00

※予約優先。材料費¥500程度

★絵手紙 (毎月第3水曜日)

13:30~15:00

★卓球 A (毎月第1火曜日)

9:30~12:00

★卓球 B (毎月第3金曜日)

9:30~12:00

★太極拳 (毎月第2土曜日)

13:30~15:00

★e-スポーツ (火~土曜日)

10:00~16:00 随時

対象：市内在住の60歳以上の方

障がい者サロン

- ① **ぽかぽか音楽**(毎月第1土曜日 13:30~14:30)
- ② **身障スポーツ**(毎月第1木曜日<ボッチャ>、第3土曜日<カローリング> 13:30~15:00)
- ③ **サウンドテーブルテニス** (毎月第2木曜日 13:00~15:00)
- ④ **ブラインドテニス** (毎月第4土曜日 13:00~15:00)

対象：市内在住の18歳以上の障がい者及び保護者または介護者。ご協力いただける方、サロン活動に興味をお持ちの方

事前申込みの必要はありません。ご自身の都合に合わせて参加していただけます。出入り自由です

問合せ 総合福祉センター 【電話】 77-7888 【FAX】 77-7891



介護予防係

① シニア介護予防講座

対象：市内在住の概ね65歳以上の方
場所：総合福祉センター2階 なつがし学級

★ゆったりゆったり健康サロン※

日時：11/13(木) 12/11(木) 10:00~11:30
11/19(水) 12/17(水) 13:00~14:30

※↑4月から好評開催中！イスに座って、ゆったり体操をします。楽しいレクリエーションも行います。体操は健康への近道！

★貼り絵カレンダー

日時：11/11(火)、11/22(土)、12/9(火)
12/20(土)
9:30~11:30
11/11(火)、12/9(火)
13:00~15:00

★なつかしい話をしよう

テーマをもとに、昔の経験や思い出を語り合ひましょう♪

定員：10名(先着順)
日時：11/26(水) 14:00~15:00
テーマ「秋の味覚」
12/26(金) 10:30~11:30
テーマ「大掃除」

★歌声広場

日時：11/28(金)、12/19(金)
10:30~11:30

★やろまいサロン

プリント学習や折り紙、新聞ちぎり絵を行います。

曜日：毎週火曜日~土曜日(祝日を除く)

時間：9:30~11:30、
13:00~15:00

※時間内は出入り自由です。

講座を開催している時は、やろまいサロンはお休みです。

② すっきり・しゃっきり健康教室

★健康体操

日にち：11/14、11/21、11/28、12/5、
12/12、12/19、12/26

曜日：いずれも金曜日

受付：13:30~

時間：14:00~15:00

場所：総合福祉センター2階 多目的ホール

対象：市内在住の概ね65歳以上の方

定員：50名(定員を超えた場合は抽選)

申込み：不要

持ち物：動きやすい服装、室内用シューズ、飲料

皆さまのご参加をお待ちしています！

問合せ 総合福祉センター内 介護予防係 【電話】 77-7896 【FAX】 77-7891