

地域包括支援センターだより

第118号 令和8年8月1日発行

地域で

学校で

職場で

大垣市 地域包括だより

検索

認知症サポーター養成講座を開催しませんか？

わが国の認知症高齢者は、2040年(令和22年)には約1,197万人となり、65歳以上の約3.3人に1人が認知症または軽度認知障がい(MCI)になると推計されています。これを大垣市に置き換えますと、2040年の65歳以上人口推計約48,400人であることから、約14,600の方が認知症および軽度認知障がい(MCI)になると推計されます。

認知症の特性や症状の特徴を正しく理解することで、認知症への恐れや偏見、差別をなくし、認知症になっても、尊厳と希望を失うことなく、家族や友人、ご近所の人たちと一緒に、地域の中で安心して暮らせる社会を考えてみましょう。

認知症サポーターは、何か特別なことをするわけではありません。認知症の人や家族の“応援者”です。

講座開催のご案内

「認知症サポーター養成講座」で学ぶこと

- わがこととして考えよう
- 認知症とともに
- 認知症を理解する
- 相談先や頼りになるところ・生活を支える制度

講座の開催について

- ご希望の場所に出向き、講座を開催させていただきます。
- 認知症サポーターを養成するための研修を受けた講師を派遣します。参加人数は問いません。
(人数や内容によっては複数の講師でも対応します。)
- 講師料は無料です。
- 講座は60分～90分です。

受講者のみなさんへ
“オレンジリング”を
お店、事業所へ“ステッカー”
をお渡しします



オレンジリング



ステッカー

例えばこんな所で開催してみてもいかがでしょうか。

- 地域で：自治会、老人クラブ、子ども会、ボランティア団体 など
- 学校で：小学校・中学校・高等学校生徒、教職員、PTA など
- 職場で：金融機関、スーパー、コンビニ、宅配業、タクシー業、警察、郵便局、公共交通機関 など
- その他：趣味の集まりや友人同士のグループ など

〈申込み・お問い合わせ〉 大垣市役所 高齢福祉課 包括支援グループ TEL 47-7416

～認知症になっても安心して暮らせるまち おおがき～

令和8年度 大垣市認知症にやさしいまちづくり研修会を開催します！

第1部 大垣市認知症施策について

第2部 信友直子氏 講演会（「ぼけますから、よろしくお願いします。」映画監督）

演題「ぼけますから、よろしくお願いします。と気兼ねなく言い合える地域社会を目指して」

🌳 日時 令和8年9月27日(日) 13:30～15:30(受付/13:00～)

🌳 場所 大垣市情報工房 5階 スイंकホール

🌳 定員 300名 ※お申込み方法は「広報おおがき9/1号」でお知らせします。

研修会
の
ご案内

ほうちゅう 介護予防掲示板

★ やってみよう! シルバーリハビリ体操 ★



シルバーリハビリ体操とは

ボールや鉄アレイなどの道具を使わず、どのような姿勢でもできる体操!
いつでも、どこでも、一人でもでき、介護予防のための身体づくりができます!

★ お元気さんの元気の秘訣! ★

「興文婦人会ヨーガクラブでお元気さんのご推薦!!」 (中央エリア)

興文地区センターの1階和室から、上野先生の元気な掛け声に合わせて颯爽とポーズをとる皆さん。立ちポーズや腹筋、背筋をつかうポーズを次々と流れるようにこなしていきます。
ここは興文地区婦人会が母体で30年近く続いているヨーガクラブです。



皆さんが口を揃えて「私たちの目標です!」と包括だよりのお元気さんにぜひ推薦したいと進言されたのが、寺内町にお住まいの松下美佐子さん、88歳です。ヨーガクラブは60歳から28年間、ご主人の介護をしながらも継続しておられるレジェンドです。

(元気の秘訣!?)

毎朝6:25のテレビ体操を日課とし、ご主人のためにだし汁を基調とした薄味の食事づくりなど健康に気を付けています。人に迷惑をかけないことが信条です。

家から一歩外に出て、居場所を見つけたいと思っている皆様、ぜひ地域の地区センターのクラブ活動をのぞいてみてはいかがでしょうか。
「興文婦人会ヨーガクラブ」では、興文地区の方に限定せず受入れ可能とのことです。見学されたい方はぜひご連絡を!



毎月第1、3水曜日のAM10:00~11:30

興文地区センター 0584-75-5016

ご相談はお住まいの地区の担当地域包括支援センターへ

■大垣市地域包括支援センター

○大垣市役所内

TEL 82-1166 【担当地区】安井・川並・洲本・浅草

■地域包括支援センター大垣市社会福祉協議会

○総合福祉会館内

TEL 77-2255 【担当地区】興文・東・西・南
南杭瀬・日新・静里・綾里・荒崎

○在宅福祉サービスステーション内

TEL 84-7111 【担当地区】和合・三城・墨俣

○上石津老人福祉センター悠楽苑内

TEL 48-0068 【担当地区】上石津

■大垣市地域包括支援センターお勝山

○お勝山ふれあいセンター内

TEL 71-5536 【担当地区】宇留生・赤坂・青墓

■大垣市地域包括支援センター中川ふれあい

○中川ふれあいセンター内

TEL 82-1701 【担当地区】北・中川

※ 相談先がご不明の場合は、お近くの地域包括支援センターまでご相談ください。