

姫路市北地域包括支援センター(担当校区:砥堀・豊富・山田・船津)

# ほうかつだより

(令和7年度 第2号)  
電話(079)264-6153

～ みんなでつながる地域づくり ～

## 地域支えあい会議

「地域支えあい会議」は、地域で生活している高齢者の方々が、個人だけでは生活上の課題解決が困難な時に、関係する地域の方々も含めて高齢者の支援を話し合う会議です。

できる限り住み慣れている地域で、安心して暮らせるように、専門職だけでなく、地域の方々と交えて話し合い、支援を考えます。



今まで元気に外出していたのに  
外出する姿を見なくなったなあ



## 地域の力



近所の方のお誘いでグランドゴルフをスタート  
いきいき百歳体操にも参加し近所の方と相談することで  
家族の体調で悩んでいたが前向きになった!

地域でどんな活動があるかな?  
近所で同じくらいの年齢の方がグランドゴルフしているよ  
いきいき百歳体操に誘ってみようか?



暮らしの面で「気になる高齢者」の方がいらっしゃる場合や、  
地域の日常生活でお困りごとがある際は、ご相談ください。

お問い合わせ：北地域包括支援センター  
電話番号 079-264-6153

※7月1日より 電話・窓口受付時間が 平日午前9時～午後5時  
に変わりました。



# 認知症サロンへ参加しませんか？

## 認知症サロンとは

認知症であるかどうかに関わらず、地域の高齢者などが自由に参加することができる地域住民が運営している「通いの場」です。

高齢者同士または世代を越えて交流することで、孤立を防ぐことや認知症の早期発見や進行予防、介護予防につながります。



| 校区 | サロン名       | 活動場所     | 開催日時             | 活動内容             |
|----|------------|----------|------------------|------------------|
| 砥堀 | サロン東砥堀     | 砥堀東団地集会所 | 第2水曜日10:30       | 茶話会・脳トレ・レクリエーション |
| 豊富 | 江鮎サンサン会    | 江鮎公民館    | 第2・4月曜日10:30     | 茶話会              |
|    | 細野すこやかクラブ  | 細野公会堂    | 第2土曜日10:00       | 茶話会・レクリエーション     |
|    |            |          | 第4木曜日9:30        | 茶話会・手芸・工作        |
|    | すみれ会       | 酒井公会堂    | 毎週月曜日9:30        | 茶話会              |
| 船津 | なかよしサロン    | 船津ふれあいの館 | 第3火曜日14:00       | 茶話会・歌・脳トレ        |
|    | 中野お楽しみサロン  | 中野老人憩いの家 | 毎月15日10:00～14:00 | 茶話会・レクリエーション     |
|    | 下垣内いきいきサロン | 下垣内公民館   | 第2・4金曜日14:00     | 茶話会・脳トレ          |
|    | 八幡ふれあいサロン  | 八幡集会所    | 第4火曜日14:00       | 茶話会・レクリエーション     |
|    | 南山田イキイキサロン | 南山田公民館   | 第1・3水曜日9:30      | 茶話会・脳トレ          |

## 新規オープン



下垣内いきいきサロン・すみれ会・八幡ふれあいサロンが新しく開設となりました！

みんなで支え合い、安心して暮らせる地域を一緒に作りましょう。

認知症サロンに行ってみたい方や認知症サロンを立ち上げたいなど考えている方はご連絡ください。

## 姫路市北地域包括支援センター

(姫路市より社会福祉法人姫路市社会福祉協議会が受託し運営しています)

〒670-0802 姫路市砥堀428

(中央保健センター北分室内)

TEL (079)264-6153

FAX (079)264-1512

平日(月曜日～金曜日)

※午前9時～午後5時

