



甲府市笛南地域包括支援センター

笛南ほうかつだより

第147号
令和7年7月1日発行

地域密着型施設連絡会議を
開催しました



地域密着型施設とは、地域の人々と交流を深めながら、みんなが住みやすい暮らしづくりを目指している場所です。地域に6か所の施設があり、定期的に連絡会議を開催しながら、私たち笛南ほうかつと一緒に地域づくりに取り組んでいます。

5月16日に連絡会議を開催し、今の地域の状況について共有しました。「今この地域でどのようなことが必要とされているか」等、今年度の活動について検討しています。



チームオレンジてきなん
活動しています

チームを組んで、認知症の本人や家族が抱える困りごとを支えていく取り組みがチームオレンジです。

上記の連絡会議を母体に『チームオレンジてきなん』を設立し、認知症に関する活動をしています。今年度、新たな取り組みとしてオレンジガーデニングプロジェクトをスタートしました。認知症のテーマカラーであるオレンジ色の花を育てることで、認知症を知るためのきっかけづくりをする取り組みです。一緒に育てていただける方は、ぜひお気軽にご連絡ください。





今の私 これからの私

「もしも」のために 「今」 できること

甲府市では、「わたしの想いノート」を配布しています。自分が病気になったときや、介護が必要になったときに向けて、自分の大切にしているものや、どう過ごしたいか等を考え、周囲の大切な人と自分の想いを共有するためのノートです。

人は命の危険が迫ったとき、70%の方が自分で決めたり望みを伝えたりすることができなくなると言われています。自分の想いを記入しておくことで、自分の意思を伝えることができます。周囲の方にとっても、判断するときの道しるべになります。興味のある方はノートをお渡ししますので、ご連絡ください。

自分の想いを
整理する

想いを書き出し、
見えるようにする

信頼できる方へ
想いを共有する

繰り返す

わの会参加者を 募集しています

月に2回、上曽根いきいきプラザにて「わの会」の活動が実施されています。住民の方が主体となり運動を行っているグループです。

健康運動指導士を講師に招き、椅子に座ってできるストレッチやトレーニング等を行います。



講師の方と参加者で
笑いながら楽しい時間
を過ごしています。



日程	毎月2回 木曜日 午前9：30～10：30
場所	上曽根いきいきプラザ (甲府市上曽根町671-2)
参加費	1回1,000円 送迎が必要な方は+400円
問い合わせ	笛南ほうかつ (055-266-4220) アネシス (055-266-6400)

笛南ほうかつ

甲府市下向山町910 甲府市健康の杜センターアネシス内
TEL 055-266-4220 FAX 055-266-6401

甲府市委託事業 甲府市笛南地域包括支援センター
担当 中沢・小林

