



地域包括だより

井口明神
学区版

令和7年度【第24号】広島市井口台・井口地域包括支援センター

フレイルチェックサポーターが誕生しました！

緑色のTシャツを着ている方が「フレイルサポーター」です。
養成研修を受けることでフレイルサポーターとして活動することができます！

フレイルチェック会とは…

地域住民が「フレイルサポーター」となって、一定のプログラムに沿ってからだやこころの状態をチェックする活動です。
自分のどこが弱ってきているのかチェックして寝たきりにならないよう、フレイル予防に取り組みましょう！



広島市HPより

内容

- 1.指輪っかテスト→指輪っかでふくらはぎを囲んだ時どうなるかチェック！
- 2.イレブンチェック→「はい」か「いいえ」で質問票に回答
- 3.測定→握力、ふくらはぎ周囲長、片足立ち上がり、筋肉量、活舌(タ・カ)



げんきアップ講座 「知ってなっとく!認知症とお酒の意外な関係」

日時:11/28(金) 10時~12時

講師:こころホスピタル草津
精神科医師 高橋先生
管理栄養士 田中さん



まずは現状把握を行い、量・回数を減らすために、
食事を食べてからお酒を飲むようにするなど、
今日からできるお酒との付き合い方について講演
いただきました。



「こんにちはネット」 企業との連携会議

今年度は企業との連携会議を2回実施しました。
グループに分かれて、地域・企業の情報共有や困り
ごとの対応方法について意見交換を行いました。



消費者被害にあわないために～誰かの気づきが被害を防ぎます～

最近多いのが
警察官や役所職員を名乗る電話です。
「あなたの口座が犯罪に使われている」
「逮捕状が出ている」こんな言葉には
要注意！！
そして未だに多いのが「オレオレ詐欺
(必ずしも家族を名乗るものだけでは
ない)」等です。日々、手口も巧妙化
して皆様を狙ってます。



広島市によると、2025年12月末時点
で「特殊詐欺被害」の発生件数・被
害額は前年より大幅に増加していま
す。不審な状況あればひとりで悩ま
ず周囲の人に相談しましょう。



地域包括支援センターにも
お気軽にご相談ください。

裏面もあります

2040年には613万人が認知症になると試算されており、すでに私たちは「認知症がごく当たり前の社会」に生きています。

そこで生まれたのが「新しい認知症観」

認知症になってからも、一人一人が個人としてできること・やりたいことがあり、住み慣れた地域で仲間等とつながりながら、希望を持って自分らしく暮らし続けることができるという考え方。



多様な人々みんなので
支え合い、それぞれ
が自分らしく生きる
「地域共生社会」を
目指そう！

→認知症になっても、できることやりたいことができる仕組みが必要。

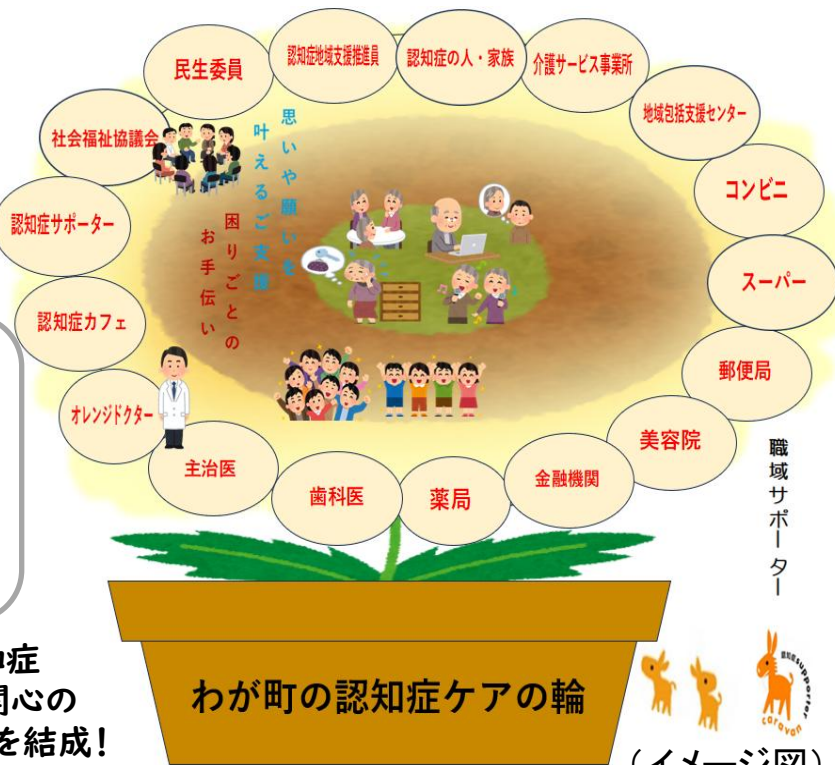
そこで今年度から、
井口台・井口地区では
チームオレンジ
づくりが始まっています！



チームオレンジとは？

認知症の方本人と共につくる、「認知症の方・家族の希望や悩み・身近な困りごとなど」と「地域の社会資源」をつなぐ、支え合いの仕組みの事です。

認知症サポーター養成講座修了者や認知症アドバイザーなど、認知症の方の支援に関心の高い方々からなるプロジェクトメンバー会を結成！
チームオレンジについて検討を重ねています。



(イメージ図)

「第1回 認知症ケアカフェ」開催！

日時：令和7年12月13日
場所：こころホスピタル草津
参加者：39名

チームオレンジの輪の部分にあたる、認知症の人やその家族を支援する全ての人と一緒に会し、語り合う会です。支援者同士が繋がり、絆を深めました。



広島市井口台・井口地域包括支援センター

☎501-6681 FAX:276-5541

西区井口2丁目5-19(広電宮島線の井口電停から山側すぐ!)

受付時間：8:30~17:15

定休日：土、日、祝、12/30~1/3

※職員が不在にすることがあります。
相談ご希望の方は事前に予約して頂けるとよりスムーズに対応ができます。



青色のひさしが
目印です!!

