

ささえりあ保田窪便り

季刊誌 VOL. 65

2025年
新年号

住所 熊本市東区保田窪本町10-114 グランフィーネ保田窪1F (「鶴田病院・鶴翔苑」バス停前)
電話 096-387-8201 / FAX 096-387-8202 / Mail wanohana@kakuyuukai.or.jp

2025 あけまして おめでとうございます

12月に入職しました！早く校区に慣れる為、自転車で走り回ってます♪



郡司社会福祉士



久保田保健師



佐藤社会福祉士



江崎事務員



緒方顧問



山田センター長



藤原主任ケアマネジャー

今年もよろしくお願ひします！

介護予防教室 開催します！！

日時：令和7年2月26日(水) 14:00～15:00

場所：家族葬のファミリー長嶺西

講師：東洋羽毛工業

睡眠健康指導士 久保 工 氏

テーマ：「高齢者の睡眠について」

※ご参加される方は、ささえりあに申込みをお願いします。

☆校区の状況☆

(令和6年12月1日付市統計より)

	託麻西	西原
人口	15893人 (+31)	13723人 (-27)
高齢者数	4035人 (+17)	3504人 (+8)
高齢化率	25.4% (+0.1)	25.5% (+0.1)

※高齢者数は65才以上の方の人数です。

※高齢化率＝高齢者数÷人口×100

※十一は前号との比較です。

オンラインで「健康トレーニング」に参加しよう!!

毎週水曜14:00~ZOOMを利用

→ 鶴翔苑の理学療法士の掛け声に合わせて



オンラインだから、寒い中わざわざ出かけなくても自宅で運動に参加できます。理学療法士からの指導や、歯科医師・管理栄養士からの講話が週替わりで行われています。熊本元気アップアプリのポイントも毎月もらえますよ♪



←左のQRコードをスマホのカメラで読み込むとZOOMの会場に入場できます (*^-^*) 事前申込不要、当日参加OKです♪



西原まつりin鶴友会 : たくにしきずな食堂

日時：令和6年10月20日(日)10時~
場所：鶴田病院・鶴翔苑駐車場

日時：令和6年12月8日(日)10時受付
場所：八反田公民館



西原よってっ亭



星翔高校茶道部にお茶を振舞ってもらいました



ステージで合唱♪

秋晴れの空の下、2回目となる「西原まつりin鶴友会」が開催されました。立ち並ぶキッチンカーの横に“西原よってっ亭”も出店し、大人気で早々にカレー配布は終了してしまいました。校区の皆さん出演のステージもおおいに盛り上がりました。



食事やイベントを通して、皆さんが楽しく交流できるふれあいの居場所づくりを目指して開催されている“たくにしきずな食堂”も今回で33回目の開催。カレーや食品、お菓子の配布があり、その他にも保健子ども課よりクリスマスにちなんだ制作活動や、歌、ダンスの催しがありました。子どもたち、地域の方たち、スタッフも一緒にダンスを行い楽しい時間を共有しました。



「入院時持ち出しバッグ」の用意を皆さんに勧めています

入院は急に決まることがあります。そんな時、必要な物をバッグに一式準備しておけば、ご家族・知人の方に持ってきてもらって大変便利♪ 何が本当に必要か、一度考える機会にしよう、ささえりあを中心にお声掛けをしています。

