

# ささえりあ保田窪 季刊誌 Vol.71 2026年夏号



**西原さくらフェスティバル  
で脳トレパズル体験展示**  
3月29日(日)西原小学校で「西原さくらフェスティバル」が開催されました。地域食堂によるカレー配布や演奏、くまモンの登場、抽選会などで会場は大盛況。ささえりあ保田窪の脳トレパズル体験も子どもから高齢者まで楽しまれ、世代を超えた交流が広がる一日となりました。

**いきいき男子サロン  
たけのこ掘りに参加！**  
4月11日(土)託麻西校区の「いきいき男子サロン」で恒例のたけのこ掘りを実施。参加者は協力して旬のたけのこを掘り起こし、心地よい汗を流しました。作業後はブルーインパルスの飛行を皆で見上げ、歓声に包まれながら春のひとときを満喫しました。



**風の木苑 地域クラブ**  
毎週水曜日10時から地域の皆さんが自主的に体操と交流の場を開催しています。今回はLit訪問看護さんをお招きし、腰痛についての講話と体操指導を行いました。  
※どなたでも参加可能です。

住所 熊本市東区保田窪本町10-114  
ゲランフイーネ保田窪1F (バス停：鶴田病院・鶴翔苑前)  
電話 096-387-8201 / FAX 096-387-8202  
Mail wanohana@kakuyuukai.or.jp

	託麻西	西原
人口	15906 (+15)	13640 (+91)
高齢者数	4110 (+11)	3572 (+38)
高齢化率	25.8% (±0)	26.2% (+0.1)

☆校区の状況☆  
(令和8年5月1日付市統計より)  
※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  
※+-は前号との比較です。



薬用グループが運営  
年内で暮らしたい方のための  
在宅介護支援住宅

あおいの家

7/30

10:00~11:00  
あおいの家：  
在宅介護支援住宅

# 腸内環境と健康 ～腸からのお便り～

講師 熊本ヤクルト株式会社  
宅配営業部 熊本市東区  
新大江センターマネージャー 主任 塔本様

日時 令和8年7月30日(木)  
10:00~11:00 (開場9:30)

場所 在宅介護支援住宅あおいの家  
(熊本市東区新南部3丁目10番93号)



バス：産交バス  
「新南部停留所」より徒歩5分  
電車：東海学園駅から徒歩11分  
車の場合(駐車場あります)  
裏ハイパスから→くら寿司新南部店  
で左へ。西原小学校の門の所、分か  
れ道を右へ直進。  
県道149号から→ほっともっとと新南部  
店信号を左へ。突き当りを左折。少し  
進み右折し、歩道の所で右折。  
★当日職員がご案内します★

参加費 無料 先着25名 予約制となります。

申込み  
問合せ 熊本市高齢者支援センター ささえりあ保田窪  
☎ 387-8201  
〒862-0925 熊本市東区保田窪本町10-114 グランフィーネ保田窪1F

## 介護予防教室のご案内

熊本ヤクルト株式会社の塔本様をお招きし、腸内環境と健康についてお話しいただきます。7月より申し込みを受け付けており、定員は先着25名様となっています。※当日はささえりあ職員が施設周辺に立ち、ご案内いたします。

(問い合わせ先：ささえりあ保田窪 ☎387-8201)



8/21

18:30~20:00  
託麻公民館  
大ホール



8/26

13:30~15:00  
鶴田病院5階  
コンベンションホール

## 事業者連絡会集合研修

地域の介護事業者向けに研修を定期的で開催しております。今回の研修では、ご利用者・ご家族からのハラスメント(カスハラ)について、弁護士よりご講演いただきます。※申込・問い合わせはささえりあ保田窪までお願いします。

(問い合わせ先：ささえりあ保田窪 ☎387-8201)

## 認知症サポーター養成講座

介護付有料老人ホームきずなの河北様をお招きし「認知症の人と家族の思い、症状と対応、認知症サポーターの役割を学ぶ」講座を開催いたします。

※7月6日から受付開始。申込・問い合わせはささえりあ保田窪まで (ささえりあ保田窪 ☎387-8201)



←QRコードを読み取って頂くとLINEが開きます。

ささえりあ保田窪：公式LINEを更新しています。地域のイベントやサロンの雰囲気をご覧いただけるよう、随時更新してまいります。ぜひご確認ください。

熊本市高齢者支援センターささえりあ保田窪では、地域の皆さまと共に安心して生活できる暮らしやすい環境づくりに取り組んでいます。

