

えん

広面地域包括支援センター 桜の園 通信

2025年12月第3号

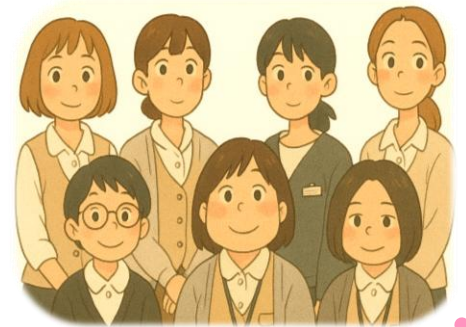
“地域包括支援センター”って？

地域包括支援センターは、秋田市から委託を受け、高齢者の皆様が
住み慣れた地域で安心した生活を続けられるように支援を行う機関です。

広面地域包括支援センター桜の園の担当地域は
広面・横森・桜・桜ガ丘・桜台・大平台・蛇野です。

主任ケアマネージャー / 保健師 / 社会福祉士

3職種が配置され、高齢者のお困りごとの最初の
相談窓口としてお話しを伺っています。相談に費用
はかかりませんので、お気軽にご相談ください。



今後の予定をお知らせします

出前包括

令和8年 1月20日(火) 14:00~16:00

場所：桜温泉 さくらさくら

高齢者の福祉の相談や握力測定を行う予定です

お気軽にご参加
ご相談ください

ケアカフェ

ご興味のある方はどなたでも
ご参加いただけます。



1/14(水) 13:30~

「福祉用具と介護技術」

車いすや歩行器の体験

簡単な移乗動作をお話しします

講師：フレンツあきた

参加費：200円（コーヒーとお菓子）

3/11(水) 13:30~

「宅配クック試食会」

宅配弁当の
試食会です😊

参加費：無料



場所：さくら内科・糖尿病クリニック待合室

申込はこちら



広面包括：018-853-7240

悪質商法・詐欺から身を守る！！

① 還付金詐欺

市役所を名乗る電話
ATMで手続きさせ
現金をだまし取る



行政がATMの操作方法を案内することは絶対にありません。

② 無料点検の訪問

「点検です」と訪問
不安をあおって
高額契約させる



家には入れず、
身分証の確認と
家族への相談が基本。

③ 料金が安くなると

言われた勧誘

「安くなります」と言い契約
融資保証金や手数料の名目で
現金をだまし取る



その場で
契約せず
公式窓口で
確認を。

ほかにも・・・

息子を名乗るオレオレ詐欺、
電話会社・警察官をかたる電話
架空請求があります。



その場で使える断り方
「家族に相談します」
「今日は契約しません」



困ったらすぐ相談

- 地域包括支援センター
- 消費生活センター
- 警察相談 (#9110)

一人で抱えず、地域包括支援センターをご利用ください。

東部地域で始めています！

認知症と診断を受けたあなたへ

わが家の保健師 訪問サポート

これから先が心配...

介護保険？



対象住所地担当の地域包括支援センター保健師が
ご自宅に訪問させていただきます！

お話をしながら 一緒にこれからの生活を整えていきませんか？

ただいま内容を
リニューアル中です



担当の地域包括支援センター【対象住所地】へご連絡ください

○東通地域包括支援センターひだまり【手形、手形山、東通、千秋久保田町】

018-884-1405

○旭川地域包括支援センター友遊【旭川、新藤田、濁川、添川、山内、仁別、柳田、太平】

018-838-1011

○広面地域包括支援センター桜の園【広面、横森、桜、桜ガ丘、桜台、大平台、蛇野】

018-853-7240

○河辺地域包括支援センター社協【河辺】

018-882-5565



はないかだ こんにちは！花筏会です

太平川の花筏のように人と人が手を取り合う地域で—

住み慣れた地域で、生きがいをもって生活できるように、社会参加で人とつながる「介護予防」と、助けあい・支えあいができる「地域づくり」に取り組んでいます。

2025年 12月 第3号

※平成27年度介護保険制度改正により創設された生活支援体制整備事業の一環です。

今年も1か月あまりとなりました。最近では、熊のニュースが多く取り上げられ、外出を控えているという方が大半だと思います。自分の生活や習慣を変更しなければならないというのは、大変な事だと思います。自分らしさを保つために、趣味や楽しみがあります。制限のある中でも生活の質を上げるための工夫をしていけるといいですね。また、フレイル予防のためにできることを行っていきましょう。少し早いですが、よいお年をお迎えください。

活動の様子をお知らせします♪

フレイル予防集中講座(いーぱる)

フレイル集中講座2回目を、10月～11月にかけて計8回開催しました。自分の体や心の状態を知るよい機会となりました。



野菜作り同好会収穫祭

「野菜作り同好会」の活動は4年目となりました。収穫の喜び、採りたての野菜の美味しさを味わう事が出来ました。何より、参加されている皆さんの笑顔が輝いています☆



男の秘密基地(料理教室)

毎月第3金曜日、13時半から15時、東地区コミュニティセンターで開催しています。10月は「料理教室」を行いました。運動を行う事もあります。お気軽にご参加ください。見学もできます♪



♪ 参加者募集中のサロン情報です ♪

うきうきクラブ

場所:東地区コミュニティセンター
(いこいのホール)

開催日時:毎月第4月曜日、
13時半~15時

内容:講師を招いて、体操、ヨガ、
ダンスなど。

月会費:500円

※女性限定。楽しく活動しています。



フレンド

場所:横森3丁目会館

開催日時:毎月第2・4、水曜日
13時半~15時

内容:いいあんべ体操、音楽に
合わせた創作ダンスなど。

月会費:500円

※女性限定。ゆったり運動したい方。



70代の方が多いです。
近くの方は是非どうぞ。
町内会館をお借りして
行っています。

スクラム

場所:東地区コミュニティセンター

開催日時:毎月第2水曜日
13時半~14時半

月会費:500円

※介護予防、フレイル予防目的の
運動を行っています。介護予防
運動療法士の資格を持つ講師
が指導していただきます。



【申込、お問い合わせ先】

広面地域包括支援センター桜の園

電話:018-853-7240 E-mail:07h19-hhskn@oukyukai-akita.jp

生活支援コーディネーター 鷲頭 美樹

担当地域:広面・横森・桜・桜ガ丘・桜台・大平台・蛇野