区報さえき 8.1号
P7・P8編集・佐伯区役所区政調整課
〒731-5195 佐伯区海老園二丁目5番28号
☎943-9703　FAX923-5098

さ さえあい　え がおあふれる　き ぼうのまち

佐伯区だより

広島市佐伯区役所　検索
https://www.city.hiroshima.lg.jp/site/saekiku/

佐伯区の人口/139,576人（847人減）
佐伯区の世帯数/64,840世帯（273世帯増）
令和6年6月末現在（前年同月比）

地域のみんなで支えあい 認知症カフェ

認知症カフェで運動している様子

認知症カフェは、認知症の人とその家族などが気軽に集い、交流できる場所です。区内の認知症カフェの一つを紹介します。
問地域支えあい課（☎943-9728、FAX923-1611）

住み慣れた地域で安心して暮らすために

認知症は、誰もがなり得る病気と考えられています。認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族などの生活を地域で応援する人を増やすことが大切です。

地域の交流の場

認知症カフェでは、地域全体で医療、介護、福祉などの専門職による相談やサービスに関する情報提供、認知症に関する講習会の開催など、身近な地域の人も関わり、地域全体で支援が行われています。

活動内容は認知症カフェによってさまざまです。活動内容を知りたい人は、地域支えあい課かお住まいの圏域にある地域包括支援センターへお尋ねください。

地域住民が主体となって運営「いきいきサロンなごみ」

五日市公民館で月に１回活動しています。20年前から地域住民が主体となり交流会や演芸会を行っています。昨年度から認知症カフェとして活動しており、認知症への理解を深める講座や健康維持のための運動に取り組んでいます。

認知症の人、そうでない人が一緒に活動することで接し方が身に付くし、お互いがいつまでも健やかに過ごすために必要なことだと思っています

運営の皆さん

1人暮らしの人でも1人じゃないと思える、つながりづくりを大事にしています

参加者の声

認知症のことを正しく理解し、自分ごととして捉えられるようになりました

活動の日は必ず予定を空けるほど楽しみです。体操したり世間話をしたりすることが日々の張り合いになっています

行きたいと思ったときにふらっと参加できるのがいい。自分のペースで活動できるのが一番ですね

「認知症かな？」と思ったら地域包括支援センターへ

区HP ページ番号 11357

保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャーなど専門の職員が連携して、高齢者の保健・福祉などさまざまな相談・支援を行っています。

認知症予防の取り組みから、認知症に関する医療や介護、成年後見制度の利用に関する相談・支援なども行っています。お気軽にご相談ください。

地域包括支援センター名	問い合わせ先
湯来・砂谷	☎ 0829-86-1241 FAX 0829-86-1242
五月が丘・美鈴が丘	☎ 208-5017 FAX 208-5018
三和	☎ 926-0025 FAX 929-0200
城山・五日市観音	☎ 924-7755 FAX 924-7761
五日市	☎ 924-0053 FAX 921-2865
五日市南	☎ 924-8051 FAX 924-8052

市民公開講座 いきいき 認知症を学ぼう！-今日からできる、予防と支援-

日10月27日(日)14:00～16:10（開場13:00）
場区民文化センター

演題	講師
特別講演「科学的に正しい認知症予防-軽度認知障害（MCI）なら引き返せる！-」	鳥取大学医学部保健学科教授・浦上克哉（うらかみかつや）氏
基調講演「佐伯区の認知症への取り組み-コロナ禍から生まれた出張型認知症カフェ-」	医療法人ピーアイエーナカムラ病院理事長・中村友美（なかむらともみ）氏

申ホームページ（右二次元コード）かはがき、ファクス（221-1718）で、参加者全員の氏名、代表者の住所・電話番号を記入し、9月30日(月)（必着）までに佐伯区市民公開講座係（〒730-0013 中区八丁堀11-28 広島朝日広告社内）へ。抽選700人
※手話通訳・要約筆記あり
問地域支えあい課（☎943-9728、FAX923-1611）

9/13(金)まで 交通安全を願う習字・標語募集！

区HP ページ番号 389614

優秀作品は交通安全啓発活動で紹介します。

【応募資格】区内に在住か通学の小・中学生（未発表の作品に限る）
【応募方法】指定の応募用紙か作品を、区内小・中学校か地域起こし推進課へ。応募用紙は、区内小・中学校、公民館、区役所、市ホームページで

◆標語部門（全学年対象）
指定の応募用紙に交通安全や交通事故防止を呼び掛けるもの

◆習字部門
○小学校１・２年生
指定の応募用紙にサインペン（太字）か硬筆フェルトペンで
○小学校３年生～中学校３年生
市販の半紙１枚（約24㎝×33㎝）に毛筆で
※各課題は右のとおり
問同課（☎943-9705、FAX943-9718）

ご参加を 佐伯区総合防災訓練・防災フェア

日８月25日(日)8:30～12:00　※小雨決行
場石内北小学校（当日は、地域の人がこころ南公園を駐車場として開放）　※駐車場に限りがあるため、車はできるだけ乗り合わせてお越しください
内総合防災訓練（避難訓練〈地震〉、指定避難所運営訓練）、防災フェア（地震体験、自然災害体験ＶＲ、消防車両などの展示など）
持飲み物、帽子など熱中症の対策ができるもの
問地域起こし推進課（☎943-9704、FAX943-9718）、佐伯消防署警防課（☎921-2235、FAX921-5336）