

# ささえいあ あさひば 通信 令和7年冬号

(発行:熊本市高齢者支援センター ささえいあ あさひば) **第40号**

## あさひば オレンジ スマイルフェスタ開催!!



日程：10月18日（土）  
時間：10時～13時  
場所：桜木東小体育館

認知症の方への声のかけ方  
～寸劇～



最高齢は105歳!! ～ファッションショー～



次世代の乗り物  
試乗体験



総合司会のお2人に  
盛り上げて頂きました

お口から認知症予防！  
～健口体操～



実行委員の皆さま、  
お疲れさまでした!!

あさひばオレンジスマイルフェスタは認知症への誤解や偏見をなくしたい、正しい理解を深めたいとの思いから誕生した、地域主体の認知症啓発イベントです!!

3回目となる今回は、地域や事業所・企業等から136名の協力とお子様からご年配の方までたくさんの方々が来場され、ステージイベントやブースを通じて、幅広い世代の方へ認知症について知って頂ける機会となりました。

# 通いの場でのさまざまな講師派遣

ささえりあでは、地域の皆さんがサロンや通いの場にずっと楽しく通っていただけるように、さまざまな講師派遣のご提案をしています。

## 福祉用具



安全に生活するために杖や歩行器などを使用することが推奨されていますが、その方の体格や用途に応じたものを選ぶことが大切です。そこで、福祉用具の専門事業者さんから一般的なシルバーカーと歩行器の違いや、杖の種類などについてご説明いただいています。また、自宅に手すりなどを設置する工事を、熊本市の補助を受けておこなえる制度についてのご紹介もいただいています。

## お口の健康



歯科衛生士の福本様より歯磨きの仕方、歯ブラシの選び方、お口の体操などを教えていただいています。普段から気になっていることや、お口の悩みの相談にも応じてくださいます。

## おくすり



熊本市薬剤師会より派遣された薬剤師さんをお呼びしています。内容は希望に応じて対応してくださり、お薬の正しい飲み方や飲み合わせについて等詳しく説明いただいています。

多世代の方が**認知症サポーター養成講座**を受講されています

10/10桜木東小4年生  
講師：杉本篤史様

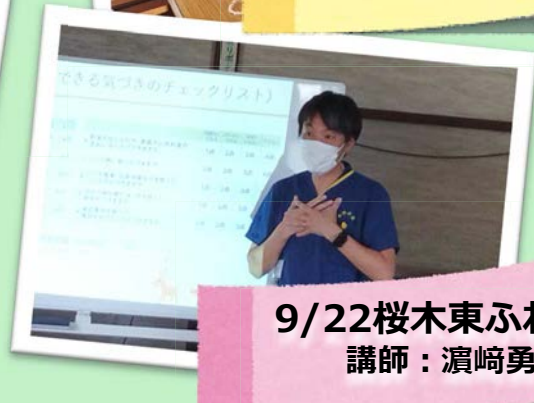


生徒さんから素敵なお手紙  
をいただきました。

9/16秋津三町内サロン  
講師：定永祐子様



9/22桜木東ふれあい会  
講師：濱崎勇太様



認知症サポーター養成講座は、認知症の基礎知識や、認知症の人やその家族への支援のあり方など、認知症について正しく理解していただくための講座です。受講は無料です。地域のお店や団体など、少人数でも開催できます。お気軽にお問合せ下さい。



## もしもの時に備える 成年後見制度

### 成年後見制度とは？

認知症や障がいなどで、お金の管理や施設入所にあたる契約などの判断が難しくなった方に代わり、後見人が支援を行います。銀行の手続き、契約締結や解除などの支援ができ、生活や権利を守る仕組みです。

### どんな時に利用しますか？

- 例① 通帳やお金の管理がむずかしくなったとき
- 例② 介護サービスを利用したりや施設に入りたいとき
- 例③ 悪質な訪問販売や契約トラブルが心配なとき



成年後見制度は「ひとりでは少し不安…」という生活の場面をサポートする制度です。お気軽にご相談ください。

# ご存じですか？ “おでかけ IC カード”



熊本市内にお住いの  
**70歳以上の方必見!!**  
“おでかけ IC カード”を利用すると

申請が  
必要です

路線バス  
【熊本市内】

電鉄電車  
【JR 除く】

市電

を

くまモンの IC CARD

**80% OFF**で  
ご利用いただけます!

おでかけ IC カード 申請から利用までの流れ

- ①おでかけ IC カードを申請  
おでかけ IC カードの手続きが完了しました
- ②おでかけ IC カードに  
お金をチャージ（入金）  
【チャージできる主な場所】  
○交通事業者窓口  
○指定バスターミナル等に設置の  
チャージ機  
○バス車内
- ③路線バス・電鉄電車・市電を  
おでかけ IC カードで支払い  
運賃の割引は、熊本市内の  
路線区間のみ適用されます。

『おでかけ IC カード』とは…  
市内にお住いの70歳以上の方を対象に、市内を運行するバス、市電、電車(JRを除く)の運賃を80%引きでご利用いただけるカードです。

例) 市電 200円→**40円!**

発行には区役所でのお手続きが必要となりますので、詳しくは

東区役所福祉課

電話:096-367-9127

までお尋ねください。

買物や病院に行く時  
お得だね!



## 地域行事予定

【はつらつサロン】 ※要申込

毎月第4土曜日

13:30~14:30

場所: はつらつ交流会館

内容: 12/27消費者被害予防講話

1/24認知症予防ミニ講話&体操

【よって館ね運動教室】

第2・4木曜日

14:00~14:30

場所: 健軍商店街よって館ね

申込・お問い合わせ: 高齢者支援センター ささえりあ あさひば

電話: 096-360-5550

Mail: higashi5@sakurajyuji.jp

住所: 熊本市東区花立2丁目4番5号 花立ヒルズ1階