

ベネッセの「地域交流イベント」

参加無料

予約制 前日までに電話予約を ※会場は下の地図を参照

# 介護予防・自立支援をバックアップ

# 地域で健康長寿を目指す

主催/ベネッセスタイルケア

**1**  
7月13日(木)  
14:00~15:30  
定員 30人

**介護予防体験講座**  
「音楽療法体験講座」  
～歌う、奏でる、呼び覚ます～

**講師** 山田 由紀子さん  
日本音楽療法学会認定・音楽療法士  
音楽療法グループ「アン・ディ・ムジーク」代表

音楽療法とは、音楽が持つ効果を利用することで、心身の障害の軽減回復や機能の維持改善、生活の質の向上を目指す療法です。音楽療法についての解説、歌や楽器を使用した実演を交えながら音楽療法を楽しみ体験できます。



今年6月にオープンしたベネッセの有料老人ホーム「こち江坂」もその多様な主体の一つ。介護・福祉関係者や医療

吹田市の総合事業は「高齢者安心・自信サポート事業」と「吹田市民はつらつ元気大作戦」の2つから構成され、市が主体となつて、地域の実情に応じた住民主体の取り組みを含めた、さまざまな主体による、多様な柔軟な活動を支援しています。

吹田市の総合事業は「高齢者安心・自信サポート事業」と「吹田市民はつらつ元気大作戦」の2つから構成され、市が主体となつて、地域の実情に応じた住民主体の取り組みを含めた、さまざまな主体による、多様な柔軟な活動を支援しています。

正しい知識を身に付けて地域ぐるみで取り組もう

吹田市では平成29年4月から「介護予防・日常生活支援総合事業(以下、総合事業)」を開始しています。総合事業とは、高齢者が地域で自立した日常生活を送ることができるようにと実施される、介護予防や自立支援のための事業です。

吹田市の総合事業は「高齢者安心・自信サポート事業」と「吹田市民はつらつ元気大作戦」の2つから構成され、市が主体となつて、地域の実情に応じた住民主体の取り組みを含めた、さまざまな主体による、多様な柔軟な活動を支援しています。

**2**  
7月25日(火)  
10:00~11:00  
定員 30人

**介護予防体験講座**  
「いきいき百歳体操」  
おためし講座

**講師** 吹田市福祉部高齢福祉室 介護予防・支援担当、吹田市豊津・江坂地域包括支援センター

転倒しにくい体づくりを目的に、バランス力や踏ん張る力を高める筋力トレーニングです。おもりを使い、いすに座ってゆっくり手足を動かす30分程度のプログラムで、何歳からでも無理なく取り組める内容です。



**3**  
7月25日(火)  
14:00~15:30  
定員 30人

**介護予防体験講座**  
認知症予防プログラム  
「コグニサイズ™」体験会

**講師** ベネッセスタイルケア コグニサイズ™指導員 (国立長寿医療研究センター認定)

有酸素運動や筋トレ、ストレッチなどをしながら、計算やしりとりなどで頭を働かせます。認知機能トレーニングの効果も期待できる、ゲーム感覚で楽しめる体験会です。

※「コグニサイズ™」は、国立長寿医療研究センターの登録商標です。



**4**  
7月28日(金)  
14:00~15:30  
定員 30人

**介護予防体験講座**  
シニアの学校  
「人はなぜ笑うのか？」  
～笑いの哲学～

**講師** 森下 伸也さん  
関西大学人間健康学部人間健康研究科・教授  
日本笑い学会・会長

学びを通じた仲間づくり、意識・意欲の向上を目指す「シニアの学校」。今回の講座では、そもそも笑いとは、どんな現象で、どんな種類があり、どんなメカニズムで生じるのか？ 笑いの考察を通じて、人間の秘密に迫ります。



**5**  
7月12日(水)  
15:00~16:30  
定員 50人

**医療セミナー**  
「高齢者の膝と腰の痛みの原因と治療」

**講師** 加藤 泰司先生  
かとう整形外科クリニック院長  
日本整形外科学会専門医・脊椎脊髄病医

高齢者に多い膝と腰の痛み。年齢のせいと諦めて放置していませんか？ 我慢せず適切な対処で改善するために、痛みの原因や症状の正しい理解と最新の治療方法について、専門医がわかりやすく解説してくれます。



**6**  
7月17日(祝・月)  
14:00~15:30  
定員 50人

**高齢者の住まいセミナー**  
「自分らしい暮らしのための住み替えとは？」  
～多様化するシニアのライフスタイル～

**講師** 岡本 弘子さん  
シニアの暮らし研究所代表  
一般社団法人日本シニア住宅相談員協会 代表理事

誰もが願う健康長寿。そのためには生活環境を整えることも大切です。自分らしく暮らし続けるための住み替えのタイミングや考え方など、多様化するシニアの暮らしについて専門家がわかりやすく説明してくれます。



**7**  
7月31日(月)  
14:00~15:30  
定員 50人

**認知症支援**  
「認知症サポーター養成講座」  
～認知症を学び地域で支えよう～

**講師** 小浮 正幸さん  
ベネッセスタイルケア 認知症キャラバン・メイト

認知症を正しく理解し、認知症の人や家族に対して温かい目で見守る応援者「認知症サポーター」。認知症の基礎知識や適切な対応の仕方などについて学びます。参加者全員にサポーターの目印であるオレンジリングが配布されます。



**会場**  
ベネッセの住宅型有料老人ホーム「こち江坂」  
住所/吹田市広芝町 10-14-101  
アクセス/地下鉄御堂筋線・北大阪急行「江坂駅」徒歩3分(約190m)

イベント・ホーム見学予約、資料請求、問い合わせ  
ベネッセスタイルケアお客様窓口  
9:00 ~ 18:00 土・日曜、祝日含む毎日  
**0120-02-3715**  
電話で申し込み番号「C7070836」を伝えてください  
<https://kaigo.benesse-style-care.co.jp>

こち江坂

●応募者の個人情報は、セミナー受け付けや資料送付、見学対応等のほか、ベネッセスタイルケアおよび関連会社の運営する介護、そのほかの高齢者事業、保育等の子育て支援事業、健康促進事業、配食事業、および、それらに付帯する事業に関する案内・メールマガジンの配送等や各種統計調査に利用される場合があります。

●地下鉄御堂筋線・北大阪急行「江坂駅」から徒歩3分(約190m)の好立地  
人気の江坂エリアに、ベネッセのホームが6月オープン!

ベネッセの住宅型有料老人ホーム「こち江坂」  
自立から要介護5、認知症の人も入居可※1

2017年6月、ベネッセの住宅型有料老人ホーム「こち江坂」がオープンしました。江坂駅から徒歩3分(約190m)の利便性に恵まれた立地に、全8タイプの豊富なバリエーションの居室を用意。サービススタッフが24時間、看護職員※2が日中365日配置され、安心感のある快適な暮らしをサポートしてくれます。興味のある人は見学してみても、資料請求も受け付け中。

▼写真はイメージ

※1「こち江坂」は住宅型有料老人ホーム。自立から要介護5、認知症の人も入居可。要介護(要支援)認定を受けている人は、ケアプランに基づき、地域の介護保険サービスや同ホーム併設の同社訪問介護事業所が利用可能です。介護サービスの費用は別途要。※2看護職員(看護師または准看護師)を常勤換算(週40時間換算)で1人以上配置

▼施設概要  
■住所/吹田市広芝町 10-14-101 ■入居要件/入居時自立・要支援・要介護、契約時原則満65歳以上 ■居住の権利形態/利用権方式 ■利用料の支払い方式/選択方式(全額前払い方式/一部前払い・一部月払い方式/月払い方式) ■居室区分/全室個室 ■事業主体/(株)ベネッセスタイルケア