

清華苑ふくし相談センター

名称	社会福祉法人三幸福社会 清華苑ふくし相談センター
所在地	明石市大久保町江井島1649-1
電話番号	078-938-0770
FAX番号	
ホームページ	https://seikaen.jp/category/sisetsu/zaitakukaigo-okubo/
活動内容	<p>①出前講座 地域住民のサークル活動や自治会の集まりなどに、介護や医療の専門職員を派遣します。「バレエ体操」、「デュアルタスク体操」、「いきいき100歳体操」、「棒体操」といった各種健康体操をはじめ、認知症のことや介護施設のこと、福祉用具の活用術など様々なテーマの講座をご用意しております。詳しくはホームページをご覧ください。</p> <p>②バレエ体操 バレエの要素を取り入れ、音楽に合わせて楽しく体を動かす、シニア向けの「バレエ体操」を実施しています。姿勢の改善や転倒防止などを目的し、毎月多くのシニアが楽しく体操していますのでお気軽にご参加ください。</p> <p>③みっくすカフェ 認知症の方やそのご家族、ひきこもりやヤングケアラーなど、共通の悩みを抱えている地域の方が集い、語り合うアットホームな福祉カフェです。清華苑の福祉専門職も同席し、ご相談にも応じます。コーヒーマシンの香りに包まれながらゆっくりお話しませんか。</p>
対象者	<p>① 制限なし ② 60歳以上の明石市民 ③ 認知症、男性介護者、引きこもり、ヤングケアラーなど悩みを抱えている方やそのご家族</p>
実施場所	<p>① 明石市内であればどこでも ② 明石市大久保町大窪3423 明石市立ふれあいの里大久保 ③ 明石市大久保町駅前1丁目17-2 カフェマローネ</p>
日時・料金	<p>① 平日のみ 無料 ② 毎月第1木曜日 13:30～14:30 無料 ③ 毎月第4木曜日 13:30～15:30 100円</p>
ひとことPR	<p>出前講座ではワークショップ(ハーバリウムやおしゃれしめ縄、プロフーマ作りなど)も行っています(材料費のみご負担いただいています)。 又、上記テーマ以外にもリクエストがありましたらお気軽にご相談ください(^^)</p>