

柏南部地域包括支援センターの活動

柏南部地域包括支援センターの令和7年度取り組みについてご紹介します。

市民の方もご参加いただける活動も行っていますので、お気軽にお問い合わせください！

わたしの望みノート書き方講座



令和7年10月、ふれあいサロン（新並木町会館）にて権利擁護講座を実施しました。今回は柏市社会福祉協議会から講師2名をお招きし、「わたしの望みノート書き方講座」として参加者の皆さんでエンディングノートについて学びました。後見支援員さんからは実体験に基づいたお話をいただきました。

包括支援センターでは消費者被害、成年後見制度、高齢者虐待など、ご自身やご家族の権利を守るための学びの場を提供しています。サロンや町会で研修会を開きたいとご希望があれば、随時対応させていただきます。

薬剤師交流会

令和7年10月、柏南部地域包括支援センター・光ヶ丘地域包括支援センターの合同で、地域の薬剤師と協働し勉強会を開催しました。ケアマネジャーと薬剤師との意見交換の場を設けることで、より良い支援に繋がるよう毎年開催しております。

フレイルチェック講座

今年度は6月に南部近隣センター、10月に藤心近隣センターにてフレイルチェック講座を実施し、多くの方にご参加いただきました。来年度以降も開催を予定しておりますので、ご希望の方はお気軽にご参加ください。

柏南部地域包括支援センターが主催する今後の予定

からだづくり講座

要予約

11月14日 栄養と運動

11月28日 お口の健康と社会参加

両日とも10時～11時30分まで

会場：リフレッシュプラザ柏3階 第2会議室

住み慣れた自宅で長く過ごすために、栄養・身体・生活リズムを見直してみませんか？
簡単な運動を行います。動きやすい服装でご参加ください。(参加費：無料)

フレイル予防を
さかサイ君も応援
しているよ！



発行：柏南部地域包括支援センター

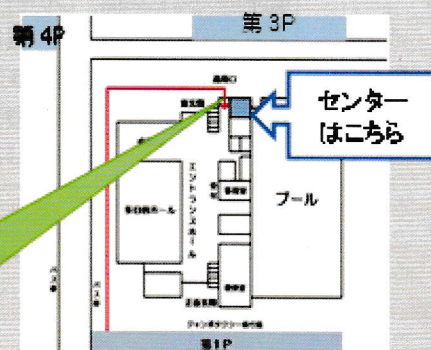
発行年月日：令和7年11月1日

住所：柏市南増尾58-3 リフレッシュプラザ柏内1階

電話：04-7160-0002

窓口時間：8時30分～17時15分

(日曜・祝日、年末年始除く)



リフレッシュプラザ
の営業時間外・休
館日は北側通用口
から入りください。