



こんにちは

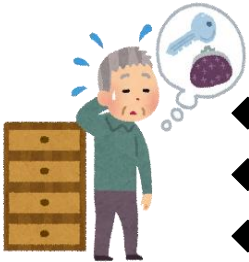
花田・城山地域包括支援センターです！



令和4年7月号

こんなことで困っていませんか？

地域包括支援センターにご相談ください。



- ◆物忘れが心配。
- ◆お金の管理が難しくなってきた。
- ◆特殊詐欺にあったかもしれない。
- ◆近所に家族から虐待を受けているかもしれない人が居る。
- ◆今まで自分で出来ていたことができなくなってきた。
- ◆家族の介護が必要になったけどどうすればいいのかわからない。
- ◆足腰が弱くなってきた。寝たきりにならないように介護予防したい。
- ◆高齢者だけで暮らしているので今後の生活が不安。



- ◆地域包括支援センターには、保健師または看護師・社会福祉士・主任介護支援専門員の資格を持った職員が在籍しています。
- ◆相談方法は電話でも来所でも構いません。
- ◆匿名での相談にも応じます。
- ◆お聞きした個人情報は、厳重に管理します。



### 地域包括支援センターとは

高齢者のみなさんが安心して、住み慣れた地域で暮らせるように支援している介護・福祉の総合相談窓口で、姫路市から委託を受けている公的機関です。

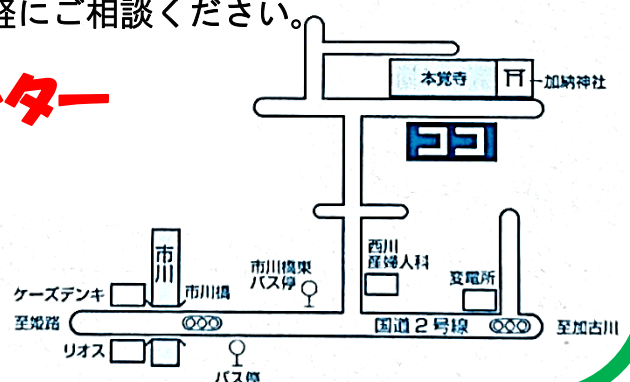
花田町・飾東町の窓口はこちらです。お気軽にご相談ください。

## 花田・城山地域包括支援センター

住所:姫路市花田町加納原田155

(特別養護老人ホーム 山彦ホーム敷地内)

電話:079-253-8178





# いきいき百歳体操紹介



谷外校区 庄公民館

平成 28 年 6 月活動開始  
毎週木曜日 10 時～



谷外校区で一番参加人数が多いグループです。男性もたくさん参加されており、健康作りへの意識が高いです。

## 令和 4 年度介護予防教室ご案内

### 花田公民館（10:00～11:30）

### 谷内公民館（10:00～11:30）

7月19日(火)	終活、消費者被害について
9月20日(火)	フレイル予防
11月15日(火)	転倒予防について
1月17日(火)	病気と薬について

6月23日(木)	終活、消費者被害について
9月22日(木)	認知症について
2月24日(金)	転倒予防について

- 申し込みは必要ありません。参加費は無料です。
- 水分補給が出来るように飲み物をお持ち下さい。
- 検温、マスク着用の上ご参加下さい。
- 諸事情により、中止・延期の場合があります。

たくさんのご参加お待ちしております。  
お誘いあわせの上、お気軽にお越しください♪



### ～令和 3 年度介護予防教室の報告～

令和3年度は在宅医療介護連携支援センターや福祉用具の専門家にお越しいただき、ためになる話をたくさん聞くことができました。

令和4年度もさまざまな講師のお話を伺い、介護予防についての学習の機会にしたいと思います。  
是非一度お越しください。



☆お問い合わせ先☆ 花田・城山地域包括支援センター 253-8178