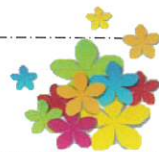


城山北・城南

2024年3月発行

地域包括支援センターだより

「広島市城山北・城南地域包括支援センター」は、地域で暮らす高齢者の方を介護・福祉・保健・医療などさまざまな面から総合的に支える地域の相談窓口です。



いつもお世話になっております。うららかな春の日差しが心地よい季節になりました。地域包括支援センターではみなさまが住み慣れた地域で少しでも長く、元気に過ごして頂けるよう日々取り組んでいます。私たち職員一同微力ではありますが、今年も地域のみなさまと心をひとつに、健やかで笑顔あふれるまちづくりを支援させていただきます。今後ともどうぞよろしくお願いいたします。

センター長 中北 裕子

職員紹介



上段左から

森 政道（主任介護支援専門員）、中北 裕子（センター長）

青木 和明（社会福祉士）、原 幸治（社会福祉士）、田辺 幸子（事務員）

山岡 律子（介護支援専門員）

下段左から

矢田 友美（社会福祉士）、前川 理佳（介護支援専門員）、

山崎 奈穂（保健師）、岡本 優希（保健師）、伊藤 有紀子（看護師）

地域包括支援センターを名乗る不審な電話が多発しています！

令和5年10月中旬より、地域包括支援センター職員を名乗り「お一人暮らしですか？」「老人ホームの情報提供をしている」など、個人情報聞き出そうとする不審な内容の電話が広島市内で多数確認されています。覚えのない地域包括支援センターや担当者より電話があった場合は、下記や地域包括支援センターにご相談ください。

安佐南警察署：(082) 874-0110

広島県警 警察安全相談電話：#9110 または (082) 228-9110

広島県警 悪質商法相談電話：(082) 221-4194

消費者ホットライン：(局番なし) 188 (身近な消費生活相談窓口を案内)



認知症の予防 ～いつまでも健康で暮らすために～

安佐病院精神科の箱守英雄医師を講師に「認知症の予防」の講座を開催し、45名の方にご参加いただきました。認知症と物忘れの違い、認知症の進行を遅らせる対策、受診の目安になる症状などについて詳しくお話いただきました。質疑応答では多くの質問があり、皆さまの関心の高さがうかがわれました。



R6.1.17 佐東公民館にて

認知症の進行を遅らせる対策



- 有酸素運動(ウォーキングや水泳など)を取り入れる
- 規則正しい生活を行う □バランスよく食べる(腹7分目が目安)
- 地域のサロンなどに参加する □聴力の低下に注意

※物忘れや認知症などについて、地域包括支援センターにご相談いただけます。



緑井学区社会福祉協議会『お助け隊』始動しました！

令和5年12月17日に緑井学区社会福祉協議会『お助け隊』の発会式が行われました。助け合いによる住み良い環境づくりを目指し、行政サービスでは対応できない身近な生活支援を地域で行うため、これまであったボランティアバンクを活性化させたい！との思いから体制や取り組み内容を振り返りながら協議を重ねました。その結果、緑井学区の町内会に加入している子育て世帯や高齢者世帯を対象にした有償ボランティアの取り組みが始まりました。さっそく庭の掃除や草とりなどの依頼があり、依頼された方々も大変喜ばれていたそうです。

※『お助け隊』へのご依頼・お問い合わせは、
緑井学区社会福祉協議会 (☎ 876-4360) へご連絡ください。



ご相談・お問い合わせは

広島市城山北・城南地域包括支援センター

〒731-0103 安佐南区緑井六丁目37番5-102号

(七軒茶屋下り線 バス停横)

☎ 082-831-1157

営業時間 8時30分～17時30分 (土日祝日を除く)



城山北・城南地域包括支援センター

検索

いきいき活動講座

いつまでも自分らしく元気に過ごすことができるように、
様々な分野の専門の先生からお話を聞いてみませんか？



日時 (R6年)	内容・講師
4月24日 (水) 14時～15時	<p>「お口を鍛えて美味しく食べよう」 ～今日からはじめるオーラルフレイル予防～</p> <p>講師：広島市立リハビリテーション病院 言語聴覚士 三浦 勇人氏</p>
5月27日 (月) 14時～15時	<p>「上手に食べて元気に長生き！」 ～低栄養や熱中症、食中毒を予防しよう～</p> <p>講師：株式会社 明治 栄養士 島岡 真実氏</p>



会場：佐東公民館 2階ホール

定員：50名 先着順・要予約

※現時点では開催予定ですが、コロナウイルスの影響により中止または延期となる場合がございます。その際には、予約された方へ連絡させていただきます。

※駐車場には限りがあります。できるだけ公共交通機関でお越しください。

いきいき活動ポイント
1ポイント対象です！



<申し込み・問い合わせ先>

主催：広島市城山北・城南地域包括支援センター

TEL：082-831-1157 (月～金 8:30～17:30)