小松あんしん長寿相談所だより

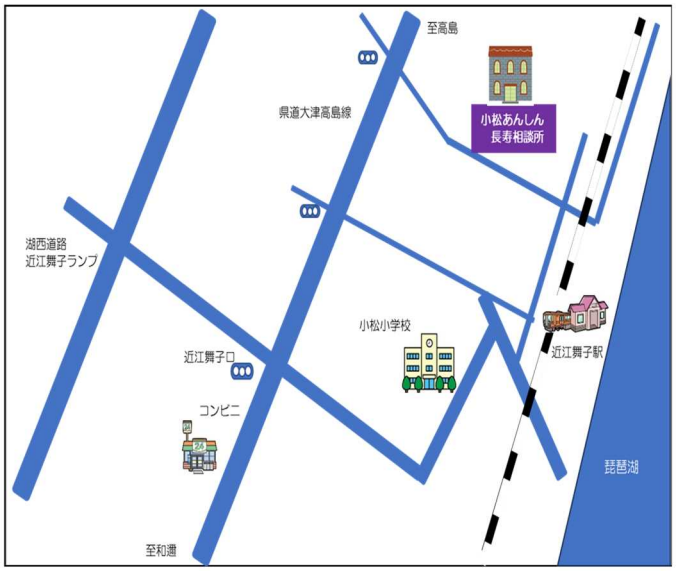
令和６年度第２号

小松あんしん長寿相談所は
小松学区・木戸学区の高齢者の方を対象とした、介護・福祉の相談窓口です。
社会福祉士・主任介護支援専門員・看護師が連携し対応いたします。
来所や電話だけでなく、訪問による相談もお受けしておりますので、身近な相談窓口として、お気軽にご連絡ください。

小松あんしん長寿相談所（小松地域包括支援センター）

住　　所：大津市南小松９０番地
電　　話：０７７-５９６-２２６０
　　０７７-５９６-２２６１
ＦＡＸ：０７７-５９６-２２６２
開所時間：９：００～１７：００
　　（土日・祝祭日・年末年始を除く）

※ 平日夜間・休日の緊急時の連絡先
　大津市役所代表
　　電話：０７７-５２３-１２３４



このようなときはお気軽にご相談ださい！

〇介護保険のことや、介護保険以外のサービスについて知りたい
〇最近物忘れが気になるが、どこに相談したらいいかわからない
〇お金や通帳の管理に自信がなくなってきた
〇自分や家族が悪徳商法の被害に合わないか心配
〇退院後の生活が心配
〇怒鳴り声が聞こえる高齢者の家があり心配
〇地域のサロンで介護予防や認知症の話をしてほしい

裏面もご覧ください

志賀健康いきいき祭を開催しました

令和６年９月28日(土)に志賀健康いきいき祭を開催しました。
認知機能測定、血管年齢測定、骨密度測定、歩行解析、体力測定、健康相談、健康体操、脳トレ、ハンドマッサージ、介護用品の展示、ベジチェック、食事メニューの展示、福祉施設紹介と物販、クラフトコーナー、カフェスペースなど多くのコーナーを開設し、279名の参加がありました。
大津赤十字志賀病院の講演会では「床ずれ、表皮剥離、傷の処置について」を講演いただき、処置や予防法の具体的な方法を教えていただきました。
参加者は、体の状態の確認とともに、今後の生活や活動に対するアドバイスも受けていただくことができ、好評でした。健康状態に不安がある、運動方法が知りたいなど、日頃の生活における相談も、お気軽に小松あんしん長寿相談所へお声掛けください。

出前講座のごあんない

小松あんしん長寿相談所では、地域の高齢者のサロンなどを対象に、**介護予防や健康、介護保険**などについての**出前講座**を実施しています。
また、大津市で実施している「**健康いきいき講座**」のご紹介もさせていただきます。
お気軽にお問合せ下さい。

【健康いきいき講座の内容】
「いつまでもハツラツ！フレイル予防」「元気に歩くための転倒予防」
「イキイキ生活のための栄養」「全身の健康のもと！お口の対策」など

◆申し込み・問い合わせ先◆
小松あんしん長寿相談所（077-596-2260・077-596-2261）

あんしん長寿相談所休日相談

毎月第２土曜日と第４日曜日に、あんしん長寿相談所のうち１か所を開所して休日相談（窓口または電話）を実施しています。
予約制となりますので、詳しくはあんしん長寿相談所にお問い合わせいただくかホームページをご覧ください。　QRコードからの予約も可能です。