

堅田あんしん長寿 相談所だより



2019年度 第1号

〈発行〉 堅田あんしん長寿相談所

堅田あんしん長寿相談所(堅田地域包括支援センター)は、葛川・伊香立・真野・真野北・堅田・仰木・仰木の里・仰木の里東学区の高齢者の方を対象とした福祉・介護の相談窓口です。高齢者の方が住み慣れた地域で暮らし続けることを応援しています。電話や来所での相談はもちろん、ご自宅に訪問しての相談も可能です。お気軽にご利用ください。



堅田あんしん長寿相談所

〒520-0242

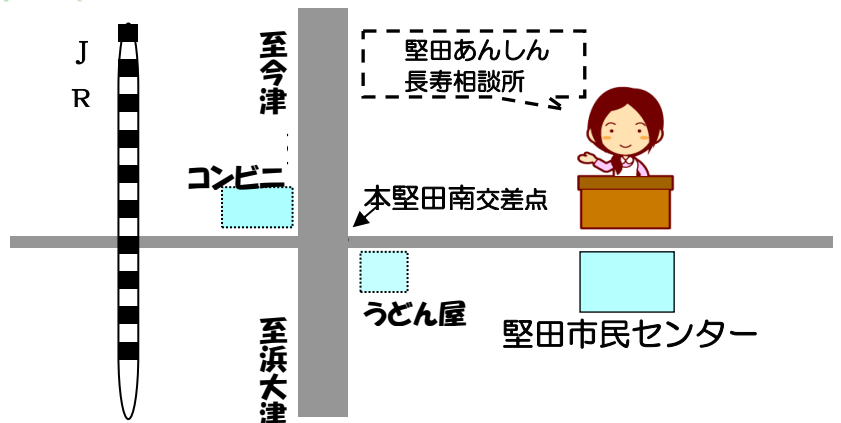
大津市本堅田三丁目 17-14

電話 574-1010、574-1080

FAX 574-1728

開設時間 8:40 ~ 17:25

(土日、祝日、年末年始を除く)



例えば・・・こんな時、お気軽にご相談ください。

個人情報厳守いたします

最近、歩きにくくなって、身のまわりのことがしづらい

介護保険でどんなサービスが利用出来るの？どうやって申請するの？

退院したばかりだけど一人暮らしなので、生活が不安・・・

気軽に参加できる地域のサロンが知りたい

高齢の両親が二人暮らし。母が最近物忘れがひどくて心配・・・認知症なのかな・・・

近所から、息子さんが高齢のお母さんを怒鳴る声がよく聞こえる・・・虐待なのでは・・・？

令和元年度 堅田あんしん長寿相談所 スタッフ紹介

担当学区	所長(保健師)	保健師	社会福祉士	主任ケアマネジャー	ケアマネジャー
葛川・伊香立・真野・真野北	酒 井	松 原	嶽 山	小笠原	大 上 岩 本 東 野
堅田・仰木・仰木の里・仰木の里東			吉 村	岩 崎	

裏面もご覧ください



「健康いきいき講座」のご案内

いつまでもいきいきと自立した生活を続けていくためには、元気な時から介護予防の取り組みが大切です。大津市では、介護予防のきっかけづくりとして、簡単な体操を取り入れた「健康いきいき講座」を開催しております。

「地域のサロンで開催してみたい」という希望がある方は、お気軽にご相談ください。

対象：概ね65歳以上の方

内容：介護予防についての話、椅子に座って出来る体操など

持ち物：お茶などの水分、タオル

服装：運動しやすい服と靴

料金：無料

連絡先：堅田あんしん長寿相談所（574-1010、574-1080）



「認知症サポーター養成講座」のご案内

地域みなさんに、認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守るサポーターになっていただくための講座です。

地域の集まりに出向いて開催しますので、この機会に地域の中で認知症サポーターを増やしませんか！

対象：自治会、老人会等、概ね5名以上の集まり

料金：無料

講座時間：90分～120分

連絡先：講座を希望される団体は、下記までご連絡ください。

大津市役所 長寿政策課 電話 528-2741



その他にも、堅田あんしん長寿相談所では地域のサロンや老人会等に出向いて介護予防や認知症予防等の講座を行っています。詳細については相談に応じますので、まずは、お気軽にお問い合わせください。

【問い合わせ】 堅田あんしん長寿相談所（574-1010、574-1080）