

## 堅田あんしん長寿 相談所だより



発行：堅田あんしん長寿相談所

堅田あんしん長寿相談所（地域包括支援センター）は、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。

\*あんしん長寿相談所の場所や連絡先については、裏面をご覧ください。

### こんな時にご相談ください

最近足腰が弱ってきて、家事がしにくいよ。何かいいサービスはないかしら？

あんしん長寿相談所に聞いてみるといいよ。

一人暮らしでしょ、だからこれからの事も心配なの。どこか相談できるところはないのかしら？



気軽に相談できて、自宅にも訪問してくれるようだよ。今度介護保険の説明に来てもらうんだよ。

※来所相談だけでなく、電話相談や訪問による相談も受け付けています。相談は無料です。

### 『つながい』を保とう！

～体は離れても心は近づける。心のつながいを保ちましょう～

・皆さんが楽しみにされている「ふれあいサロン」などが、新型コロナウイルスによる影響から、開催を見送られているところもあると聞いております。そんな中、サロン参加者の『つながり』を保つ活動の一部をご紹介します。

#### ① チラシの案内・お届けもの

・サロン参加者へ「気にかけていますよ」というメッセージ。家でできる運動を紹介する。

#### ② 電話で寄り添い

・友人の声が聞けただけでホッとする。人との会話で心が元気になる。

#### ③ 距離をしっかりと確保して

・サロンを2部制にして、1回あたりの参加者数を制限し、3密対策に十分に配慮して開催。



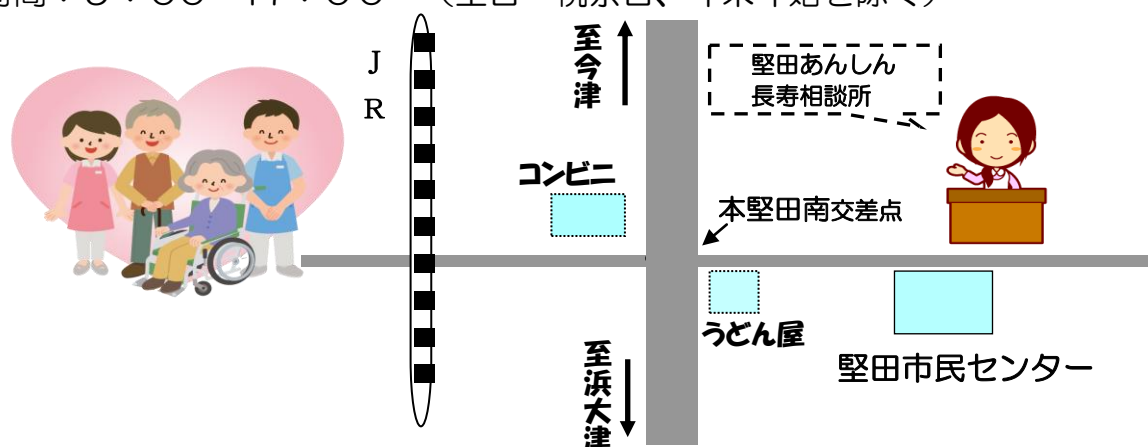
職員	スタッフ	主な業務
所長（保健師）	青井	介護予防に関する相談 福祉・介護についての相談
社会福祉士	岩崎・吉村・山本	虐待の対応等高齢者の権利擁護に関する相談 福祉・介護についての相談
主任 介護支援専門員	野口・塚本	地域の介護支援専門員のサポート 福祉・介護についての相談
介護支援専門員	大上・常石・島尾	介護予防マネジメント (要介護にならない為の予防や支援)

### 堅田あんしん長寿相談所

〒520-0242 大津市本堅田三丁目17番14号

電話：574-1010、574-1080 FAX：574-1728

開設時間：9：00～17：00（土日・祝祭日、年末年始を除く）



### 「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

