

南あんしん 長寿相談所 だより

2021年度 第1号

《発行》

南あんしん長寿相談所
(南地域包括支援センター)
大津市南郷一丁目 14-30
(南老人福祉センター内)
電話：533-1332
電話：533-1352

南あんしん長寿相談所 とは…
(南地域包括支援センター)

石山・南郷・大石・田上学区の高齢の方を
対象とした介護や福祉の相談窓口です。

高齢の方が、住みなれた地域で暮らし続ける
ことを応援しています。

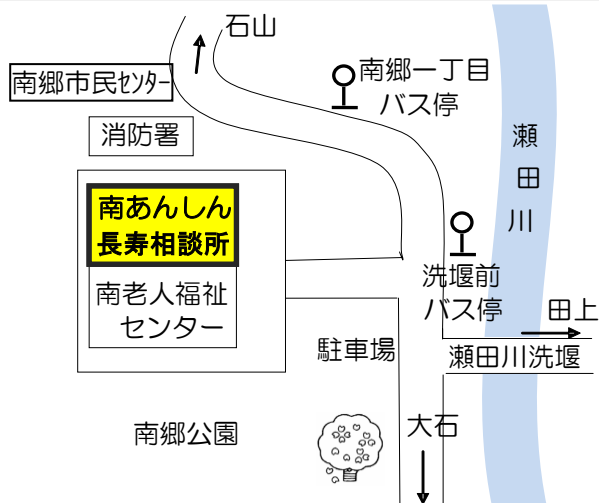
来所相談だけでなく、電話や訪問による相談も
受け付けております。

身近な相談窓口としてお気軽にご相談ください。



【開所時間】9:00~17:00

(土日、祝祭日、年末年始除く)



例えばこんな時、ご相談ください！

介護保険のことや、介護
保険以外のサービスにつ
いても知りたい。

最近物忘れが気になるけど、どこに
相談したら良いかわからない。

病院から退院したあとの生活に不
安があるけど、相談にのってもら
えるところはないかな？

お金や通帳の管理に自信
がなくなってきた。
悪徳商法についても心配。

地域のサロンで介護予防
の話をしてほしい！

夜中に怒鳴り声が聞こえる
高齢者の家があるけど、大丈
夫かな？

どんなご相談でも、まずはご一報ください。
専門職が連携して、さまざまなご相談に
対応いたします。

電話:077-533-1332
077-533-1352
FAX:077-534-9256

2021年度職員紹介

職種	スタッフ	主な業務
所長（保健師）	奥野	所長（すこやか相談所 所長兼務）
保健師	廣石	介護予防サービスに関する相談 福祉・介護についての相談
主任介護支援 専門員	藤川	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
社会福祉士	葛原（石山・田上）	虐待の対応等高齢者の権利擁護に関すること 福祉・介護についての相談
	岡本（南郷・大石）	
介護支援専門員	高橋 廣橋 松田	介護予防マネジメント （要介護にならないための予防や支援）

いきいき百歳体操 ひろがっていきます!!

『いきいき百歳体操』は高知市で開発された高齢者向けの筋力運動プログラムで「ゆっくり、無理せず」行える運動です。

日常生活で使用する筋肉を中心に鍛えることができ、全国的にこの運動に取り組むところが増えていきます。

定期的にプログラムに参加することで、「歩くのが楽になった」「荷物が運びやすくなった」という実感の声をいただいています。

「一体どんな運動なの？」という疑問や、「地域の仲間と『いきいき百歳体操』を始めたい!」と思われましたら、お気軽に『南あんしん長寿相談所』までご相談ください。



【問合せ】
南あんしん長寿相談所
Tel.533-1332/533-1352

認知症サポーター養成講座を受講しませんか？

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

