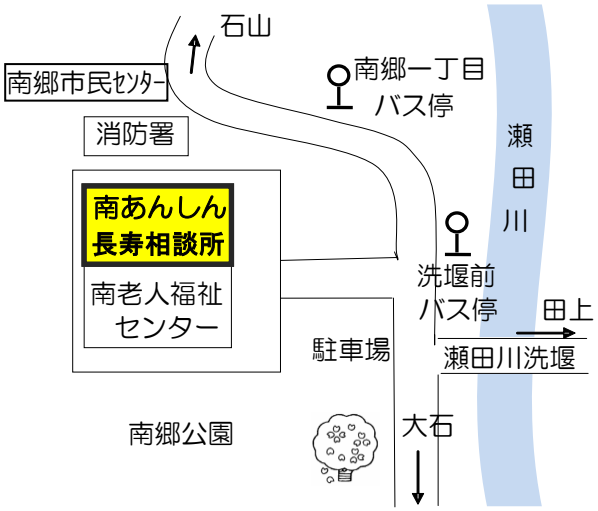
南あんしん長寿相談所だより

2023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
533－1352
FAX：534－9256

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時 ～ 17時
（土日、祝祭日、年末年始除く）

◎平日夜間、休日の緊急時の連絡先
大津市役所代表番号　５２３－１２３４
※開庁時間での対応とさせていただく場合があります。

例えばこんな時、ご相談ください！

地域のサロンで介護予防の話をしてほしい！

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？

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。

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。

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？

最近物忘れが気になるけど、どこに相談したら良いか分からない。

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。

自治会・老人会・サロン等への出前講座　受付中！！

南あんしん長寿相談所では、出前講座を行っています。
出前講座のメニューは以下のとおりです。お気軽にお問い合わせください。

1　介護予防・健康寿命を延ばすために
内容：介護予防、フレイル予防、
健康づくり、簡単な体操など
所要時間：６０分

2　正しく知ろう認知症
内容：認知症の早期発見、予防、治療、
対応方法、頭の体操など
所要時間：３０～６０分

3　いきいき百歳体操立ち上げサポート
内容：体操の効果の話と体操の実践
所要時間：６０分
この講座は体操を継続実施したいグループへの支援として３回シリーズで出向きます。
実施後 DVD をお譲りします。

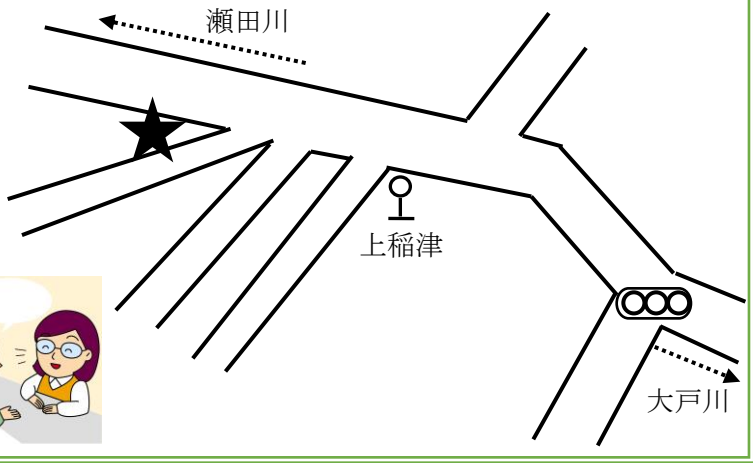
4　介護保険制度とサービスの利用方法
内容：制度の説明・利用できるサービスなど
所要時間：３０～６０分

日時や内容は要相談。講座はすべて **無料**

令和５年１０月２日、南第二あんしん長寿相談所がオープンします！

担当学区：大石・田上
住所：大津市稲津一丁目 17-12
（電話番号、FAX は後日広報にて
お知らせいたします。）

１０月２日以降、南あんしん長寿相談所は、
南郷、石山学区を引き続き担当します。



あんしん長寿相談所で休日相談をしています。

働く介護家族の方の支援として、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を実施しています。

【南あんしん長寿相談所での相談日】
令和５年９月２４日(日)、令和６年１月１３日(土)

〈実施時間〉９時～１７時まで（１２時～１３時除く）の間で１時間毎の予約制。
〈相談方法〉窓口または電話
〈予約方法〉①電話：南あんしん長寿相談所　（電話：533-1332・533-1352）
開庁日の９時～１７時（実施日の前開庁日まで）
②インターネット：「あんしん長寿相談所休日相談予約」で検索
実施日の２日前までに申し込み

※他のあんしん長寿相談所での相談日や詳細については大津市ホームページをご覧ください。