

# 中あんしん長寿相談所だより

**長等・藤尾・逢坂・中央学区にお住いの高齢者の  
方を対象とした福祉・介護の相談窓口です。**

住 所：大津市浜大津四丁目1番1号明日都浜大津5階

電 話：077-528-2003、077-528-2006

F A X：077-527-3022

開設時間：9時～17時(土日・祝日、年末年始除く)

平日夜間、休日の緊急連絡先 大津市役所代表 077-523-1234

※開庁時間での対応とさせていただきます場合があります

☆働く介護家族への支援として、毎月第2土曜日と第4日曜日に予約制で休日相談を実施しています。相談日や詳細は大津市ホームページをご覧ください☆

【休日相談予約ページ】

右記の二次元コードからご予約  
いただけます。



## こんな相談や活動を行っています。

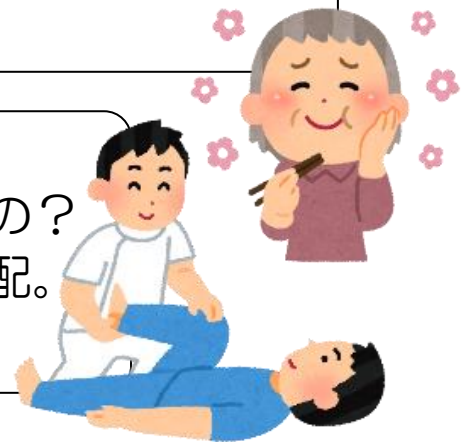


### ●市民向け講座を行います

認知症予防、転倒予防、栄養、お口の健康など。5人程度の少人数、短時間でもOKです。

### ●介護や福祉の相談に応じます

- ・介護保険を利用するにはどうすればいいの？
- ・病院から退院するが、在宅での生活が心配。
- ・「物忘れ」や「認知症」が心配。



### ●高齢者の権利を守るための相談に応じます

高齢者虐待、消費者被害、成年後見制度の利用に関することに対応します。



# 人生会議（ACP）のお知らせ

～もしものときのために、あなたの思いを話してみませんか～

## 「人生会議」とは

もしものときに備えて、受たい医療や大切にしたいことを家族などと話し合っておくことです。

## 話し合う事

- ・どこで過ごしたいか（自宅・病院など）
- ・延命治療についての考え
- ・大切にしたいことや価値観

## ポイント

- ・元気なうちに話すことが大切です。
- ・一度で決める必要はありません。
- ・少しずつ話し合しましょう。



「もしものとき、どうしたい？」  
その一言から始まります。

☆配布できる資料もあります。お問合せは中あんしん長寿相談所へ☆彡

# 在宅療養・介護ミニ講座のごあんない

～知って安心、話して安心～

医療・介護の専門職が介護保険制度や利用の方法、認知症の接し方、家族介護のポイント等を出前講座形式で開催します。

- ・30～60分程度（相談に応じます）
- ・少人数（5名程度）から開催可能
- ・自治会、サロン、地域の集まりへ伺います
- ・参加費無料



「まだ介護は先」と思っている方にも役に立つ内容です。  
ご家族やご近所の方と一緒に、お気軽にご参加ください。