

和邇あんしん長寿 相談所だより



令和元年度第2号

「和邇あんしん長寿相談所」は、
小松・木戸・和邇・小野学区の高齢者の方を対象とした、
介護・福祉の相談窓口です。
来所や電話だけでなく、訪問による相談も受け付けて
おりますので、身近な相談窓口としてお気軽にご連絡ください。

(発行)和邇あんしん長寿相談所
(和邇地域包括支援センター)
〒520-0528
大津市和邇高城12番地
(和邇文化センター内)

第7回 志賀健康いきいき祭のご案内

和邇あんしん長寿相談所では、健康測定や運動実践、医師や看護師による講演など「健康いきいき祭」を、今年も社会福祉協議会・大津赤十字志賀病院ならびに和邇すこやか相談所とともに開催します。

日時:令和元年11月9日(土)10:00~15:00

場所:和邇文化センター・和邇市民体育館

内容:

○健康測定 (血圧、握力、前屈、片足立ち、物忘れチェック、
骨密度測定、血管年齢測定など)

○志賀日赤による健康教室

講演①「心臓病にかからないために」森川 雅 循環器科部長

講演② 心臓の動きを保つために～運動の効果と実践法～嶽山 真奈美 理学療法士

○エンディング講座・在宅療養研修 (DVD上映) (13~15時)

○福祉用具の展示 「実際目でみて、触れて、使って、試乗して」

福祉用具を利用することで生活がしやすくなることを体感していただきます。

○キッズコーナー、健康推進員による食の健康コーナー、ハンドマッサージ、

のりあいタクシー光ルくん号PRコーナーなど

参加無料

申し込み不要

体育館へご来場の
方は上履きをご持
参ください。



裏面もご覧ください

認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しく理解し、認知症の人やその家族を見守り支援する人のことです。

認知症ってどんな病気？ 周りの人はどう接したらいいの？ など関心のある方はぜひご参加ください。受講された方には、サポーターの証となる「オレンジリング」をお渡しします。

日 時：令和元年11月14日（木） 10時～11時30分（受付は9時30分～）

場 所：和邇すこやか相談所 集団指導室（和邇高城12番地）

参加費：無料

定 員：30名（先着順）

お申込・問合せ：大津市役所長寿政策課

TEL 077-528-2741 FAX 077-526-8382



いきいき百歳体操を実施される団体を応援します

和邇あんしん長寿相談所では、いきいき百歳体操を実施しようと考えておられる、ご近所同士の自主グループや各種団体などの活動の場に出張し、継続して実施できるよう支援しています。出張は無料ですので、お気軽にお問い合わせください。

対象：和邇エリア（小野・和邇・木戸・小松）で活動されている
高齢者のグループ・各種団体

お問い合わせは **和邇あんしん長寿相談所まで。**

和邇あんしん長寿相談所

電話 077-594-2660 077-594-2727

FAX 077-594-4189

E-mail otsu7218@city.otsu.lg.jp

開設時間 8：40～17：25（土日・祝日・年末年始を除く）

