

# 膳所あんしん長寿相談所・晴嵐あんしん長寿相談所だより

発行：膳所あんしん長寿相談所・晴嵐あんしん長寿相談所

あんしん長寿相談所（地域包括支援センター）は、高齢の方がいつまでも住み慣れた地域で安心して生活していただくために、社会福祉士・主任介護支援専門員・保健師・看護師の専門職が連携して、様々な相談をお受けいたします。



どんな相談を受けてくれるの？

## 皆さんの権利を守ります

- ・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。

## 市民向け講座を行います

- ・地域へ出向き、介護予防や認知症などに関する講座を行います。

## 自分らしい生活が続けられるように、一緒に考えます

- ・心身の状態や暮らしの状況から、介護予防事業やサービスの利用が望ましい方へ、介護保険サービス等を一緒に考えます。

## 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。

## 膳所あんしん長寿相談所 出前講座メニュー

膳所あんしん長寿相談所では自治会や老人会、サロン等へ出前講座をおこなっています。少人数でも短時間でも相談に応じます。お気軽にお問い合わせください。

### ① 認知症を知ろう

#### 【内容】

認知症の予防、早期発見、治療、対応方法、頭の体操など

### ② 健康寿命をのばすために

#### 【内容】

健康づくり、簡単な体操など

### ③ 介護保険を利用するには

#### 【内容】

介護保険の利用の仕方、利用できるサービスの紹介など

### ④ いきいき百歳体操 立ち上げサポート

#### 【内容】

体操の効果のお話、いきいき百歳体操の実施

## 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い知識をもち、認知症の人やその家族を温かく見守り、誰もが暮らしやすい地域を作っていく人たちのことです。

対象：地域住民の方（企業や学校含む）など概ね5名以上のグループ

受講料：無料

【お問合せ・お申込み先】 大津市長寿政策課 (☎528-2741)

膳所あんしん長寿相談所 (☎522-8867)

晴嵐あんしん長寿相談所 (☎534-2661)



令和元年12月8日(日) おおつ在宅療養応援講座を開催しました!

「人生会議してみませんか?~住み慣れた家でいつまでも過ごすために~」

万が一の時に備えて、どのような医療やケアを望んでいるのかについて、自分自身で考えたり、信頼する人たちと話し合ったりすることを「人生会議(ACP=アドバンスケアプランニング)」といいます。



★講演 「知っておこう緩和ケアのこと! ~ガンになっても安心して過ごすために~」

講師: 市立大津市民病院 緩和ケア科診療部長

津田 真先生



## ★ 膳所あんしん長寿相談所

担当学区: 平野・膳所

住所: 大津市膳所二丁目5番5号

電話: 077-522-8867

077-522-8882

FAX: 077-522-1198

<開所時間>

8:40 ~ 17:25

(土日・祝祭日、年末年始除く)



## ★ 晴嵐あんしん長寿相談所

担当学区: 富士見・晴嵐

住所: 大津市栗津町7番21号

シティコーポせいらん104号

電話: 077-534-2661

077-534-2662

FAX: 077-534-2664

<開所時間>

8:40 ~ 17:25

(土日・祝祭日、年末年始除く)

