

印西北部地域包括支援センター便り

令和2年度秋号

暑さも一段落し、朝夕と過ごしやすくなりました。
皆様いかがお過ごしでしょうか？



秋といえば・・・

食欲の秋・芸術の秋、そして
運動の秋です！

身体を動かすと、筋力維持の
他に・・・

- ・鈴虫の音色といった季節の移ろいを感じるなど気分転換ができます。
- ・空腹感を感じることで食欲が進み、食べる喜びを感じます。
- ・日々の生活に充実感が生まれ、心が豊かになります。

水分補給を
忘れずに

お散歩に出てみませんか？

地域包括支援センターは介護・ 福祉・医療の相談窓口です

- ・布団から起き上がるのが難しくなったので、介護ベッドが欲しい。
 - ・デイサービスに通い、人とお話ししたり身体を動かしたりしたい。
 - ・認知症を患った方を介護するために続けてきた仕事を辞めたいといけないのでしょうか？
 - ・リハビリ入院を経て自宅に戻ることになったが、自宅での生活を取り戻すことができるか心配。 など・・・
- 高齢者の日々の生活の中で、心配な事がありましたら、まずは地域包括支援センターにご相談ください。

裏面もご覧ください

出張相談会開催のお知らせ

オレンジカフェ・hana(認知症カフェ)は、コロナ感染予防の為、今年度は中止となりました。

代わりに下記の日程で出張相談会を行います。認知症に関する事や介護等心配な事がありましたらご相談下さい。

日時・場所

令和2年

11月13日(金) 13:30~15:30 総合福祉センター 福祉団体室

12月11日(金) 13:30~15:30 小林コミュニティプラザ 1階集会室

令和3年

1月22日(金) 13:30~15:30 永治プラザ 和室

2月19日(金) 13:30~15:30 中央公民館 1階第1会議室

3月12日(金) 13:30~15:30 木下東 つばき会館

コロナ感染予防の対策として、予約制とさせていただきます。



資源マップ
出来ました

生活支援コーディネーターが作成している
北部圏域高齢者向け資源マップ

「てとて・2」と地域コミュニティ紙「こも
れび通信10月号」が出来上がりました！
北部包括、市役所、総合福祉センター、
小林公民館、永治プラザ、中央公民館でも入
手できます。

日々の生活にご活用ください！

ご相談は下記住所にご来所か、お電話をお願い致します。

住所：印西市大森 2551-4(イシイ電気さんの左隣です)

電話番号：0476-85-4085 FAX 番号：0476-85-4086

E-mail：hokubu-houkatsu@shououkai.or.jp

受付時間：8:30~17:15(月~金)(休日：土日祝、年末年始)