



▲地域包括支援センターのホームページはこちらから



▲介護予防レンジャー

▶問い合わせ 地域包括支援センター ☎73-3021  
南部高齢者サポート ☎67-3788

## 1月のご案内

### 家族介護教室 要予約

家族を介護する人同士が集い、介護に役立つ知識を学んだり、介護者同士が交流したりする場です。

**日時** 1月22日(月) 午後2時～4時

**場所** 豊中町保健センター

**内容** 認知症を患う本人やその家族の気持ちになるヒント

**定員** 20人(定員になり次第締め切り)

▶申し込み・問い合わせ  
西香川病院認知症疾患医療センター ☎72-5121

### もの忘れ相談会

もの忘れや認知症のことについて悩んでいませんか？西香川病院の相談員が相談に応じます。

**日時** 1月29日(月) 午後2時～3時

**場所** みとよ未来創造館

**対象** 本人または家族

※希望者は、当日会場にお越しください。  
※希望者多数の場合は、お待ちいただくことがあります。



### 脳きり教室

認知症予防の教室

☎「やってみよう!認知症予防運動」

日程	時間	場所
9日(火)	13:30~15:00	みとよ未来創造館
		マリンウェーブ
15日(月)	13:30~15:00	三野町保健センター
19日(金)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
23日(火)		仁尾町文化会館
24日(水)		市民交流センター
26日(金)		山本町生涯学習センター

### 高齢者あんしん相談

認知症や介護に関すること、成年後見制度や高齢者虐待などの相談

日程	時間	場所
9日(火)	10:00~11:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
11日(木)		三豊市役所
15日(月)		市民センター仁尾
		詫間ふれあい交流館
16日(火)		ゆめタウン三豊
17日(水)		豊中庁舎
18日(木)		山本町保健センター
22日(月)		三野町保健センター

### みとよ元気運動塾

転倒予防のための運動教室

日程	時間	場所
5日(金)	10:00~11:30	三野町保健センター
	13:30~15:00	仁尾町文化会館
10日(水)	10:00~11:00	二ノ宮農業構造改善センター
11日(木)	10:00~11:30	山本町生涯学習センター
	13:30~15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
17日(水)	10:00~11:30	マリンウェーブ
22日(月)	10:00~11:30	市民交流センター
	13:30~15:00	みとよ未来創造館

### オレンジかふえのお知らせ

日程	時間	場所	申し込み・問い合わせ先
17日(水)	9:30~11:00	まちづくり推進隊山本 お問い合わせください。	まちづくり推進隊山本 ☎63-1501
	13:30~15:00	三野町保健センター (太陽の家)	みの元気塾 ☎72-1872
18日(木)	14:00~15:00	みんなの看多機 なないろ(高瀬町)	みんなの看多機なないろ ☎73-4533
19日(金)	13:30~14:30	仁尾町文化会館	地域包括支援センター ☎73-3021
21日(日)	13:30~14:30	特別養護老人ホーム とよなか荘	とよなか荘 ☎56-6300
25日(木)	13:30~15:30	マリンウェーブ	地域包括支援センター ☎73-3021
27日(土)	14:00~16:00	野田原集落センター (財田町)	阿須波(谷口) ☎090-5712-6777
28日(日)	13:00~15:00	デイサービス禅進 (山本町)	デイサービス禅進 ☎24-9333

料金 100~300円



## 地域包括支援センターを利用してみませんか？

地域包括支援センターは、高齢者の皆さんが住み慣れた地域で、長く安心して暮らしていくために支援する相談窓口です。保健師や社会福祉士、主任ケアマネジャー、理学療法士などが中心となり、皆さんからのさまざまな相談や悩みごとを聞いたり、介護予防・健康づくりを支援したりしています。いつでもお気軽にご相談ください。

### ◆ 介護予防 ◆

元気で自立した生活を応援します。  
みとよ元気運動塾や脳きり教室  
などにもぜひご参加  
ください！



安心して暮らして  
いけるように虐待の  
相談を受けたり、  
成年後見制度の利用  
を支援したりしています。

### ◆ 高齢者の 権利や尊厳を守ります ◆

### ◆ 総合相談 ◆

介護のことだけでなく、悩みや心配ご  
となどさまざまな相談に応じています。  
どこに相談してよいか分からない時  
には、まずご連絡ください。

皆さんが暮らしやすい  
地域をめざして、専門家や  
関係機関と協力して高齢  
者の生活を支える体制を  
作ります。

### ◆ 地域の 支援体制づくり ◆

## 地域に元気の輪が広がっていくお手伝いをさせてください！

今年から地域包括支援センターの出前講座を「おたっしや出前講座」と命名し、依頼に応じてお住いの地域に出向いています。既に40件以上の依頼があり、大好評です。

「地域包括支援センターって何をするとところだろう」「地域で元気に暮らすためのヒントが知りたい」「サロンで話をしたい」…  
そんな時は、地域包括支援センター(☎73-3021)にご相談ください。テーマに応じて、各担当職員が伺います。

※多くのグループに活用してもらうため、各グループ年間2回までの利用とします。

「おたっしや出前講座」  
大好評開催中！



▲財田町で開催した「おたっしや出前講座」  
みとよ元気体操などを行っています