

# おたっしゃだより



▲地域包括支援センターのホームページは  
こちらから



## 1月のご案内

### もの忘れ相談会 要予約

日時 1月5日(月)  
午後2時～3時

場所 みとよ未来創造館  
受付 1月5日(月)まで

▶申し込み・問い合わせ  
地域包括支援センター ☎73-3021

### つなぐ会 もの忘れが気になる人と家族の交流会

日時 1月22日(木)  
午後2時～4時

場所 みとよ未来創造館

### 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
5日(月)		市民センター仁尾
8日(木)		三豊市役所
13日(火)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター
15日(木)	10:00～11:00	山本町保健センター
19日(月)		詫間ふれあい交流館
21日(水)		豊中庁舎
26日(月)		三野町生涯学習センター

### 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
8日(木)	10:00～11:30	山本町保健センター
	13:30～15:00	財田町国保高齢者保健福祉支援センター
9日(金)	10:00～11:30	三野町生涯学習センター
	13:30～15:00	仁尾町文化会館
19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
21日(水)	10:00～11:30	マリンウェーブ

### 脳きらり教室

認知症予防の教室

内 ①腸活について ②お薬について知ろう

日程	時間	場所
13日(火)		みとよ未来創造館 (①)
14日(水)		マリンウェーブ (①)
19日(月)		三野町生涯学習センター (②)
23日(金)	13:30～15:00	山本町生涯学習センター (②)
26日(月)		財田町国保高齢者保健福祉支援センター (①)
27日(火)		仁尾町文化会館 (②)
28日(水)		豊中町農村環境改善センター (①)

## オレンジかふえのお知らせ

認知症が気になる人や認知症の人とその家族、医療・福祉の専門職など、誰もが気軽に集える場所です。

料金 100～500円



▲11月に仁尾町文化会館で開催された  
オレンジかふえ

日程	時間	場所	申し込み・問い合わせ先
11日(日)	10:30～12:30	粟島開発総合センター	地域包括支援センター ☎73-3021
15日(木)	14:00～16:00	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 ☎24-8911
16日(金)	13:30～15:00	仁尾町文化会館	地域包括支援センター ☎73-3021
18日(日)	13:30～15:30	特別養護老人ホームとよなか荘	とよなか荘 ☎56-6300
20日(火)	9:00～10:30	山本町公民館辻分館	地域包括支援センター ☎73-3021
22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
23日(金)	14:00～16:00	みとよ未来創造館	四国学院大学専門学校 ☎72-5192
24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(水)	13:30～15:00	三野町保健センター(太陽の家)	みの元気塾 ☎72-1872

## 地域包括支援センター

# おたっしゃだより

▶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  
北部高齢者サポート ☎24-8820

▲人と話すンジャー

## 地域の目で見守る高齢者の「権利」

気になることや心配なことがあれば、お早めにご相談ください

### 「権利」ってどんなこと?

「自分の思いを大切にしながら、その人らしく生きること」であり、誰もが当たり前に持っているものです。

#### 安心して暮らす権利

暴言・暴力・命の危険から守られる

#### 自分で選ぶ権利

生活や支援を自分の意思で決める

#### 尊重される権利

存在や価値が認められ大切にされる

### 地域で支えるやさしい見守り

「気付く」「つなぐ」「支え合う」そんな日常の小さな関わりが、「権利を守る」ことにつながります。みんなで支え合い、誰もが安心して暮らせるまちにしていきましょう。

#### 気付く

心配な高齢者はいませんか?  
・孤立して困っている  
・家族からいつも怒鳴られているなど

#### つなぐ

「もしかして困っているのかな?」と感じたら、迷わず地域包括支援センターにご相談ください。

#### 支え合う

「おかしいな」「心配だな」という気持ちが、高齢者の生活と命を守る第1歩です。



## 地域包括支援センター『北部高齢者サポート』を開設!

市民センター詫間内に、地域包括支援センターの窓口を開設しました。

受付時間 月曜～金曜 午前8時30分～午後5時15分 (祝日・年末年始を除く)

### 次のような相談に応じます

- ・介護保険や介護のことを詳しく知りたい。
- ・1人暮らしで買い物や掃除が難しい。家の段差が気になる。
- ・退院後、自宅で利用できるサービスを知りたい。
- ・認知症について相談したい。
- ・体力の低下が気になる、運動不足が心配。
- ・近所で心配な人や困っている人がいる。  
もしかして虐待かも?



▶問い合わせ 北部高齢者サポート ☎24-8820