

高齢者の暮らしを応援!

# 地域包括支援センターだより

岡金屋庁舎 ☎ 32-5102 (直通)  
清水行政局 ☎ 25-1269 (直通)

有田川町地域包括支援センターでは、介護予防などの相談に応じています。

## “なごやかサロン” は 14 年目を迎えました

清水会館で月1回（8月はお休み）実施している「なごやかサロン」をご紹介します。

サロンの始まりは地域包括支援センターが行った認知症予防教室。教室終了後、このまま集まりの場が終わってしまうのはもったいない、とボランティアが中心となりサロンとして続けてきました。現在参加者は15人、支えているボランティアは7人で、感染対策に十分留意しながら行っています。

内容は脳トレはもちろん、春はお花見、子どもの日には参加者でもある和菓子屋さんに教えてもらいながらみんなで柏餅作り、冬は干し柿づくりと季節感満載です。参加者は「月に1回の楽しみ」と話し、ボランティアは「参加者の笑顔や楽しそうな様子が原動力」と、お互いに生き生きとサロンを楽しんでいます。



1月の「なごやかサロン」の様子。写真撮影時のみマスクを外しています。

## 地域包括支援センターは高齢者の困ったときの相談窓口です！

地域包括支援センターでは、住み慣れた地域で安心して生き生きと暮らせるように、高齢者に関する健康維持・介護・福祉・消費者被害など、さまざまなお悩みや困りごとの相談に応じています。

ご自身や家族、地域の方のことなどお気軽にご相談ください。また体調が悪いなど役場への来庁が難しい場合は、訪問することも可能ですのでご連絡ください。

### 例えば…

- 気軽に行ける集まりの場を知りたいな！
- 最近、物忘れが気になる…どうしたらいい？
- 体が動きにくくてトイレに行くのも大変！
- 介護保険ってどんなサービスかわからんよ…

など

