

高齢者の暮らしを応援！

地域包括支援センターだより

岡長寿支援課（金屋庁舎）

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。



運動や口腔の先生が 運動グループへ

（地域リハビリテーション活動支援事業）

天満地区令和健康クラブ 15 人の皆さまが、理学療法士と言語聴覚士の先生からお話を聞きました。当日は、ボールや椅子を使った転倒予防運動や、年齢とともに増えつつある誤嚥性肺炎を防ぐために舌や口唇の運動などを教わりました。自宅で簡単に取り組める運動なので、普段の生活にも取り入れやすいです。質疑応答では、自身の健康状態に合わせた体操を教えていただき、和気あいあいとした楽しい時間となりました。参加者たちからは「今日参加してよかった」「自宅で体操やってみます」との声もいただきました。

地域包括支援センターでは、体操グループやサロンなどの集まりの場にリハビリ職や栄養士の派遣をしていますので、気軽にお問い合わせください。

医療・介護の相談は地域包括支援センターへ

地域包括支援センターでは、「有田郡在宅医療サポートセンター」として自宅での医療や介護に関する相談を受け付けていますのでお気軽にご相談ください。

（相談例）

- ・ 往診してくれるお医者さんを教えてほしい
- ・ 専門医を教えてほしい
- ・ 自宅で介護サービスを受けたいがどうしたらよいか

地域包括支援センターへの お問い合わせ

地域包括支援センターの直通番号（32-5102）は現在使われていませんので、お問い合わせは下記までご連絡ください。

長寿支援課
直通電話 22-4502
ファクス 32-9761

