

お元気

だ

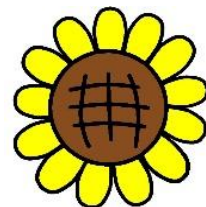
よ

り



お元気さんインタビュー
~90歳でも頑張る努力~

I・Mさん



Iさんのポリシーは「自立した生活を送るためできることは何でも励む」です。

昨年、足を怪我したときは、精一杯リハビリに励みました。その頑張りには、先生が喜んでくれるほどだったそうです。退院後はデイサービスに通い、体を動かしたり、会話を楽しんだり、毎日が無駄にしないよう頑張っています。



認知症予防にも励んでいます。86歳のときに習い始めたのは「パソコン」でした。今は毎日パソコンで日記を書くことを習慣にしており、1か月ごとに製本した日記帳はもうすぐ100冊目に突入します。

いつもパワフルで前向きなIさん！南部包括はIさんを応援しています★



認知症見守りネットワーク協力員募集中！



認知症見守りネットワークとは、行方が分からなくなった方の情報を協力員にメールまたはFAXで提供し、早期発見・保護につなげる仕組みです。

行方不明者の配信があった際には、外出時など、いつもより少しだけ周囲を気にかけていただき、見かけた場合は小牧警察署へ連絡をお願いします。

- メール登録：mimamori.komaki-wlf@raiden3.ktaiwork.jp に空メールを送信してください。
- FAX登録：小牧市役所地域包括ケア推進課（76-1193）までご連絡ください。

一人ひとりの小さな気配りが安心して暮らせる地域づくりにつながります。ご協力をお願いします。

お元気ですか？お隣さん！

～あなたの気づきと声かけがより良い地域へとつながります～

暑い季節は、食欲不振、倦怠感（だるさ）などが特に多くおこります。そのため、体重が減少してしまったり、ふらふらとした足取りや、めまいを感じる方もいます。

ちょっとした時に「お隣さん元気かな？」と気づいていただける視点を紹介します。

- 痩せた気がする／元気がない
- 最近、道で見かける事がなくなった
- 郵便受けが溜めたままになっている
- 何日も洗濯物が干したままになっている
- 挨拶を返してくれなくなった
- 髪や服装が乱れ季節に合わない服を着ている
- 最近、庭が荒れている
- 電気が昼につけたまま／夜なかなかつかない

このような視点到当てはまる方がいたら、是非包括支援センターを紹介 または 直接包括支援センターまで電話連絡をいただけたらと思います。

出張相談会開催しています！

お知らせ

■ ナフコ不二屋小牧二重堀店・偶数月 第2木曜 14:00～15:30 ※8月は祝日の為18日(木)に変更

■ 第2老人福祉センター小針の郷・毎月 第1水曜 10:30～11:30

※新型コロナウイルス感染症対策のため内容等が変更になる場合があります。

「オレンジカフェみなみ」営業中です！

お茶を飲みながら、みんなで気軽にお話をしましょう。相談事は、専門職が対応します。

毎月第2土曜日 9:30～11:30 とよめサロンにて開催しています。

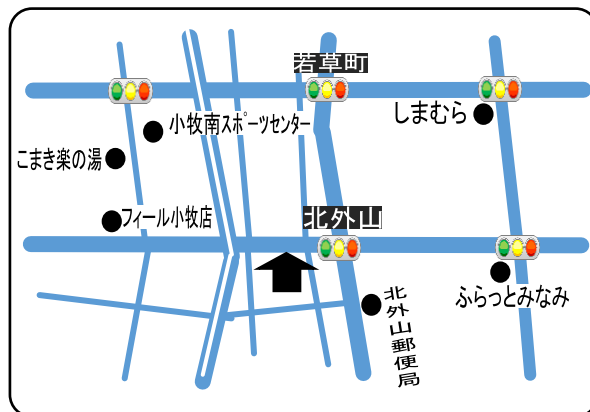
※新型コロナウイルス感染症対策のため内容等が変更になる場合があります。

南部地域包括支援センター ケアタウン小牧

小牧市大字北外山字掛割8番地1

☎ 71-2100

Facebook・Instagram
随時更新中！



小牧市の委託を受け、運営しています。
気軽にご相談ください。