

地域包括支援センターは、地域の総合相談窓口として、高齢者が住み慣れた地域で安心して生活ができるよう、介護・医療・保健・福祉などさまざまな面から包括的に支援いたします。

介護保険や市の保険・福祉サービスの相談・申請、認知症の介護や予防・支援、支え合うご近所づくりのお手伝いなどをサポートします。
ご相談は随時受け付けています。
どうぞお気軽にご連絡下さい。



社会資源の紹介

オンラインリハビリに参加しませんか？

【対象】 運動不足で健康に不安のある高齢者でミーティングアプリ「Zoom」使用可能な方

【参加料】 無料 ※通信費は参加者負担

【日時】 毎月2回（第一、第三火曜日午後2:00から）

【内容】 体操教室（オンライン）
手足の体操（理学療法士） おくちの体操（言語聴覚士）
合計40分

運動に不慣れな方、運動量を増やしたい方、ぜひご参加ください。
※オンラインリハとは、パソコンやタブレット等、インターネットを利用しリハビリを行います。

問い合わせ先 明野中央病院 リハビリテーション部
電話：097-558-3211 内線289 担当者 イブスキ



パワーアップ教室を ページに保存してはいいですか？



大分市では、生活機能が低下している要支援者等に対して、介護予防、重度化防止を目的に、パワーアップ教室を実施しています。

明野地域では、①明和記念病院と②大分健生病院で開催されています。

パワーアップ教室に参加すると、「理学療法士」「作業療法士」「管理栄養士」「歯科衛生士」等が、みなさんに合った目標や運動等のメニューを指導してくれます。

「運動」「栄養」「口腔」について学び、元気に過ごしましょう。

☆ 対象：65歳以上で要支援1・2の方、または基本チェックリストに該当する方。

※ 基本チェックリストは明野地域包括支援センターの職員がご自宅に伺って、該当するかどうかを判定し、市役所に利用の申請を行います。

※ 要介護の方、通所サービス利用中の方は利用できません。

☆ 実施期間：3か月間(週に1回2時間程度)

☆ 料金：月額500円

☆ 送迎：あり



① 明和記念病院



場所：老健めいわ1F

日時：金曜日 14:30～16:30



担当：枝村様

「一緒に運動をしましょう！」

② 大分健生病院

場所：在宅総合センターすこやか1F

日時：水曜日 14:00～16:00



担当：平尾様

「いつでもご相談ください！」

