

# 城南・賀来地域包括支援センターです！

城南・賀来地域包括支援センター便り  
第14号



地域包括支援センターは主に高齢者の方の総合相談窓口として、中学校区を基本として市内に23か所、設置されています。高齢者の皆さんが、いつまでも健やかに住み慣れた地域で過ごせるよう、介護・福祉・保健・医療などさまざまな面から支援します。お気軽にご利用下さい。



大分市荏隈町1丁目12番3号  
☎097-545-1030  
(医大バイパス沿い「荏隈」バス停横)

令和6年5月1日発行



## 令和6年度もよろしくお願いいたします！

新年度となり、新茶の豊かな香りと風味を楽しめる季節となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？

今年度も地域の皆様の身近な相談窓口としてお役立て頂けるよう、頑張りたいと思います。

今年度もよろしくお願いいたします！

城南・賀来地域包括支援センター 職員一同



### 当センターは主に高齢者の方の総合相談窓口です！

当センターでは主に高齢者の方の総合相談窓口として、以下のような相談を受けています。

#### ※介護保険に関する事

- ・介護保険制度について
- ・介護保険認定申請の代行
- ・介護保険サービスの利用について



など

#### ※大分市高齢者福祉サービス

#### ※介護予防に関する事

#### ※認知症に関する事

#### ※高齢者虐待に関する事

など

- ・営業日：月～土曜日(祝祭日を除く)

- ・営業時間：8:30～17:30

(※来所前にお電話下さい)

Tel=097-545-1030



### 出前講座を受け付けています！

当センターでは老人クラブやサロン等で講話を行なっています。お気軽にお問い合わせ下さい。

※内容：介護保険制度、介護予防、認知症予防、高齢者虐待、消費者被害、終活など

※料金：無料

※時間：約1時間程度

＜お申込み・お問合せ＞

Tel=097-545-1030



### 熱中症に注意！

7～8月が暑さのピークと言いますが、気温は上昇してきています。水分補給や室温調整に気を付けましょう。



# 「弱ったな・・・」と思ったら、パワーアップ教室！

## ○パワーアップ教室とは

つまづきやすい、階段がづらい、食欲がないなど日常生活に支障が出てきた高齢者を対象に、運動・栄養・口腔の専門職が3か月間集中的に機能訓練や自己管理の指導を行い、生活機能を改善・向上させる教室です。

## ○教室利用の対象となる方

- ①要支援1・2の人
- ②基本チェックリストで生活機能の低下が認められた人(事業対象者)

## ○教室の概要

- ・利用期間：3か月間 週1回(全12回)
- ・利用時間：1回あたり2時間以上
- ・利用料金：1月あたり500円
- ・送迎可能(利用料金に含まれます)

R6年4月より城南・賀来  
圏域の教室が2か所に  
なりました！

## ○パワーアップ教室事業所

### ①井野辺病院

場所：井野辺病院4階第1会議室  
曜日：月曜  
時間：13:00～15:00

### ②カラダラボ フィジオ

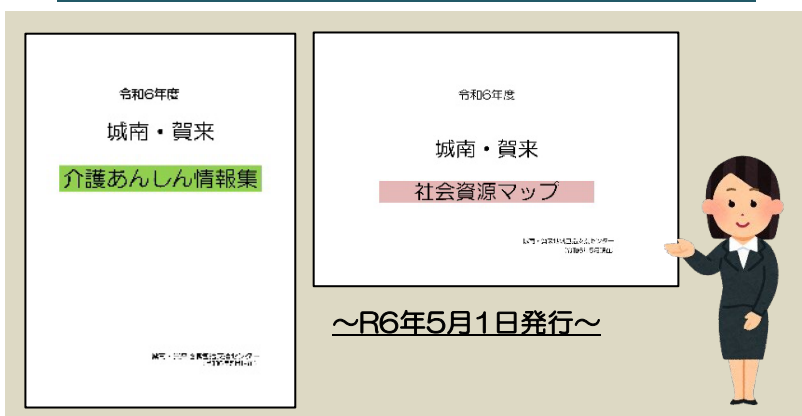
場所：フィットネスクラブレフコ  
曜日：水曜  
時間：9:30～11:30



※お申込み・お問い合わせ先：城南・賀来地域包括支援センター

Tel=097-545-1030

## 介護あんしん情報集・社会資源マップを更新しました！



当センターでは城南・賀来圏域の集いの場や介護サービス事業所の情報集や社会資源マップを作成しています。大分市のホームページで閲覧できます。是非ご活用下さい！

### <大分市のホームページ>

ホーム>健康・福祉・医療>介護・障がい者・福祉>  
>介護予防・地域包括支援センター>各地域包括支援  
センターのご案内>城南・賀来地域包括支援センター

で、ご覧になれます。

## 大分あんしんみまもりネットワークに登録しませんか？

大分あんしんみまもりネットワークとは、認知症高齢者等が行方不明になったときに、企業・団体・行政が一体となって捜索に協力し、早期発見につなげられる様に、支援する取り組みです。

(※利用には事前登録が必要です)

### <申請・問合せ先>

・大分市長寿福祉課  
Tel=097-537-5771

・特別養護老人ホーム そうだ藤の森  
Tel=097-567-8822

### <相談先>

・お住いの地区の地域包括支援センター  
(市内23か所)