

地域包括支援センターだより

今月の
テーマ

住み慣れた地域で暮らし続けるために その⑦

過ごししやすい季節になり、スポーツ、芸術、行事と楽しみが深まる秋。楽しみを持つことは、認知症予防にもフレイル予防にも効果的です。様々なことに参加したいが、長距離を歩くことが大変になってきた方、運転免許を返納し移動に困っている方、移動手段の選択肢として、シニアカー(電動カート)の試乗体験をしてみませんか？

三輪タイプ・四輪タイプの シニアカー(電動カート)の 試乗体験会を実施します



【シニアカーとは？】

- ・電動車いすの一種で、道路交通法上、歩行者扱いのため運転免許不要で歩道を走行します。
- ・自費購入または介護保険でレンタルができます。レンタルする場合は、要介護2～5の方が対象。

【試乗体験会のお知らせ】

地域包括支援センターと女川みらい創造株式会社による試乗体験会を合同開催します。三輪タイプと四輪タイプそれぞれの特徴や乗り心地を実際に体験することができ、操作方法や安全な利用方法についてもご説明します。家族の方の参加も受け付けますので、ご利用ください。

◎開催日時：10月20日(火)

※事前申込みが必要です。試乗体験会の詳細や申込みについては、今月号の広報16ページをご覧ください。

男性向け講座

第2回「イケオジ倶楽部 114(イヨ)ね!」

いつまでも健康で元気に過ごすため、男性同士で身体のことや食に関することなどを学ぶ場です。

日時 10月14日(水) 午前10時～午後1時00分(受付:午前9時30分～)
場所 女川町まちなか交流館 調理室
内容 認知症と食に関すること(調理体験あり)
対象 60歳以上の男性(定員最大20名)
※独居の方や高齢者二人暮らしの方優先
参加費 300円
講師 男の介護教室 河瀬 総一郎氏 杉山 ひろみ氏 他
女川町地域医療センター 医師
申込み 10月5日(月)まで地域包括支援センターまでご連絡ください。

10月のいきいきサロン

※マスクの着用をお願いします。

午前の部(9時30分～11時30分)

行政区	実施日	担当
大原北	1日(木)	ぱんぷきん
石浜	5日(月)	健生
大原南	15日(木)	健生

午後の部(1時30分～3時30分)

行政区	実施日	担当
大沢	5日(月)	健生
上1	5日(月)	健生
針浜	19日(月)	ぱんぷきん
旭が丘	26日(月)	健生

※上1…ミニ体力測定あり

半島部いきいきサロン 担当 ぱんぷきん

行政区	実施日
出島・寺間合同	22日(木)午後1時～
指ヶ浜	28日(水)午前9時30分～

※北浦・寺間地区は、送迎がありますので、他地区会場への参加もできます。

もの忘れよろず相談所 ほっとカフェに

初めて参加する方は事前にご連絡ください。

お立ち寄りください!

日時 10月21日(水)
午後1時30分～午後3時30分
場所 女川町地域福祉センター
多目的室
参加費 100円(お茶代)
内容 楽しく脳トレ、交流 など
※初めて参加する方は事前にご連絡ください。

出張個別相談会のお知らせ

地域包括支援センター
職員が対応します

介護認定やサービスのこと、健康づくりのこと、認知症のこと、お金の管理のことなど、日頃不安に感じていることや今後のために知っておきたいことなど気軽に相談してみませんか？これまでなかなか相談に行けなかったという方も、どうぞお気軽にお越しください!

日時 10月9日(金) 午前10時～正午
場所 大原北区ふれあいカフェ(運動公園住宅6号棟1階)
対象者 どなたでも
形式 個別相談 ※予約不要ですので、時間内で都合の良い時にお越しください

Information インフォメーション



女川町社会福祉協議会ホームページからお入りください。

女川町地域包括支援センター

☎53-2272

(地域福祉センター1階、
地域医療センター向かい)

高齢者のための総合相談窓口です。住み慣れた地域での暮らしを継続できるよう、社会福祉士、主任ケアマネジャー、保健師の資格をもつ職員が、介護、介護予防、権利擁護、介護認定、認知症、その他ご心配なことなど、ご相談に応じます。