

【高齢者虐待を防ぎましょう!】



無意識のうちに不適切な対応になっていることがあります



介護をしている人の気持ち

トイレの失敗が多いから夜はお茶を飲ませないようにしようかな…

自分で勝手に飲むだろう…

深刻な脱水症状

本人の状況



何事も自分で頑張るのがリハビリだろう
ふらついているけどそのまま歩いてもらおう

転倒・骨折



介護疲れ
介護方法がわからない
相談する人がいない

不適切な対応

積み重ねで虐待につながることも…

介護の悩み
ひとりで抱えていませんか?

まず相談 & 連絡を!

高齢者と介護をする人が安定した生活を送れるよう支援します



【問】さぬき市地域包括支援センター ☎(0879)52-0410

いきいき健康教室日程

シニア世代の方が、住みなれた地域で、自分らしく元気で自立した生活が長く送れるように、体操や認知症予防のレクリエーションを楽しみながら、介護予防ができる教室を開催しています。(どなたでも自由に参加できます)

時間:午前10時から11時30分

| | |
|----------|--------------------------|
| 7月 5日(木) | 寒川ふれあいプラザ |
| 7月 9日(月) | 松尾ふれあい会館 |
| 7月11日(水) | 津田公民館 北山分館 |
| 7月13日(金) | 鴨部ふれあいプラザ |
| 7月12日(木) | 辛立文化センター |
| | 神前体育館 |
| 7月19日(木) | みろくふれあい市場内 コミュニティセンター |
| 7月20日(金) | 長尾保健センター |
| 7月27日(金) | 社会福祉協議会津田支所 |
| 7月24日(火) | 多目的研修集会施設 |

時間:午後1時30分から3時

| | |
|----------|------------|
| 7月 6日(金) | 志度公民館 末分館 |
| 7月10日(火) | 生涯学習館 |
| 7月19日(木) | 長尾公民館 前山分館 |
| 7月20日(金) | 志度武道館 |

【問】さぬき市社協(大川支所) ☎(0879)43-6590
地域包括支援センター ☎(0879)52-0410

介護予防サポーター活動紹介

○憩いの場活動(どなたでも自由に参加できます)
地元の介護予防サポーターが、身近で楽しく集える場として、参加者と一緒に体操や歌、脳トレゲーム等を行っています。

時間:午前10時から11時30分

| | |
|----------|-----------|
| 7月17日(火) | 志度保健センター |
| 7月23日(月) | 小田ふれあいプラザ |

時間:午後1時30分から3時

| | |
|----------|-----------|
| 7月 3日(火) | 鴨庄ふれあいプラザ |
| 7月 9日(月) | 造田ふれあいプラザ |
| 7月19日(木) | 寒川ふれあいプラザ |

○お話ボランティア(津田地区)
外出や交流の機会が少ない高齢者のお宅を訪問し、笑顔で楽しい時間を過ごしています。

○出前講座(市内全地区)
自治会やサロン等から依頼を受けて、介護予防のお話や歌、体操、ゲーム等を皆さんと一緒に楽しみます。



地元で活動する「介護予防サポーター」をご存知ですか?
「介護予防サポーター」は、「介護予防・健康づくりを通して、一緒に楽しい時を築き、人と寄り添い、地域を支える存在」です。
地域の皆様からの、お話ボランティアや出前講座のお申し込みをお待ちしています!

元気な
うちから
介護予防!

【問】地域包括支援センター ☎(0879)52-0410