

こんにちは「地域包括支援センター」です

認知症の研修会を開催します

認知症は誰もがなりうることから、認知症になってもなくても同じ社会の一員として地域をともに創っていくことが必要とされています。

日時 12月24日(日)13:00~16:00(開場12:30) **場所** 源内音楽ホール

内容 ・人権劇団「未来」フューチャー公演「だいじょうぶだよ」

・講演会「共に笑顔で過ごすための認知症理解」

講師:香川大学医学部精神神経医学教室 助教 石川 一郎 先生

・介護予防ボランティアリーダーと一緒に「Let's Sing!」

【問】地域包括支援センター ☎(0879)26-9931



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:10:00から11:30

12月 7日(木)	寒川ふれあいプラザ
12月 8日(金)	鴨部ふれあいプラザ
12月11日(月)	松尾ふれあい会館
12月14日(木)	辛立文化センター 神前体育館 2階
12月19日(火)	志度保健センター
12月21日(木)	みろくふれあい市場内 コミュニティセンター 長尾公民館 前山分館
12月22日(金)	津田保健センター 2階
12月25日(月)	小田ふれあいプラザ
12月26日(火)	鶴羽多目的研修会施設
12月27日(水)	大川公民館 第2研修室
12月28日(木)	辛立文化センター

時間:13:30から15:00

12月 1日(金)	志度公民館 末分館
12月12日(火)	生涯学習館
12月15日(金)	志度武道館
12月18日(月)	造田ふれあいプラザ

介護予防サポーター活動紹介

○憩いの場および定例会(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:9:30から11:00

12月14日(木)	津田公民館 ~歌を歌ってリフレッシュ~ 林 眞弓 氏
-----------	----------------------------------

時間:10:00から11:30

12月20日(水)	長尾保健センター
-----------	----------

時間:13:30から15:00

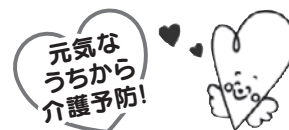
12月21日(木)	寒川ふれあいプラザ ~骨盤底筋力アップ講座~
-----------	---------------------------

○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。

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!



【問】地域包括支援センター ☎(0879)26-9931

権利擁護相談会のご案内(相談無料・要予約)

日 時 1月15日(月)10:00~12:00

場 所 寒川庁舎 302会議室

対 象 者 ご本人またはご家族、施設、関係機関など

相談内容 司法書士・社会福祉士による面談で、1人1時間程度

・成年後見制度について ・遺言や相続について ・老後や将来が不安 ・健康保険や年金について知りたい など
※1月9日(火)までにご予約ください。

※内容によっては、各種専門機関をご紹介する場合があります。秘密は、固く守ります。

【問・申】さぬき市社会福祉協議会 ☎(0879)26-9940

