

富里市地域包括支援センターだより

(南部地区版) 令和6年度

地域包括支援センターとは ↓ ↓

地域の皆様がいつまでも地域で安心して暮らせるよう、様々なご相談を窓口・電話・訪問等で受付する相談窓口です。

【両親の体調や生活面が心配で介護保険を使いたいけどどこに相談したらいいかわからない…】という時にぜひご相談ください。



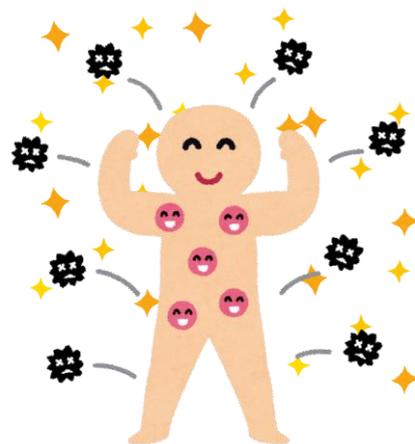
***いよいよ立冬(今年は11月7日が立冬)**

早いもので、残すところあと2か月となりました。今年例年より紅葉のタイミングが遅いと予報されています。11月が紅葉の見頃という場所が多いので、ぜひ紅葉狩りに出かけてみてはいかがでしょうか。ただし、寒さも厳しくなっていくので、洋服で体温調整しつつ、しっかり食べて栄養補給も行い、風邪の引きにくい体づくりをしましょう。



現在、マイコプラズマ肺炎の感染が大流行しています。同時に手足口病も流行が報告されています。外出後や食事の前には、その都度手洗いをするようにしましょう。

今年のインフルエンザワクチンの接種も始まっていますので、十分な体調管理を心掛けましょう。



ボッチャ
体験会

南部包括にて【ボッチャ体験会】開催!

日時: 11月27日(水) 10時~11時半 予約制です。

内容: グループを作りチームでボッチャを行います。

持ち物: かかとのある室内履き、タオル、飲み物

ご予約の方は裏面の電話番号におかけ下さい



*南部地域ケア推進会議

今年も地域ケア推進会議を南部包括にて12/7(土)に開催します。
昨年度は南部のゴミ問題について意見交換をさせていただきました。

今年度も【ど～する!?ゴミもんだい!!】を
テーマに皆さんと意見交換をさせていただきたいと思います。
昨年度の会議でのグループワークで上がったご意見や実施後のアンケート
結果をまとめさせていただきました。



「認知症になってゴミを出せなくなったらどうしよう？」
「空き地や空き家のゴミはどうしたらいいの？」
「不法投棄を防ぐにはどうしたらいいの？」

等々、今年は更に一步踏み込んだ意見交換会にしたいと思います。
ご参加をお待ちしております。

- 開催日時 : 12/7(土)13時半から15時半(受付13時～)
- 開催場所 : 富里市南部地域包括支援センター
- 申込み : 下記の連絡先へお電話下さい。
- 締め切り : 11/29(金)

巨大災害に備えて

巨大災害がいつ来ても大丈夫なように、災害用の備蓄
食料を買っておきましょう!

買っておいた備蓄食料は、無駄にせず日常生活で食べ、
また買い足します。これを【ローリングストック】と言いま
す。普段の食べ慣れた食料品を備蓄品として日頃から
備える心掛けをしておきましょう。



富里市南部地域包括支援センターのご案内

住所: 富里市立沢新田192-3
(特別養護老人ホーム 九十九荘向かい)

電話番号 **0476-90-6331**

相談受付時間 8:30~17:15
(土日・祝日・年末年始12/29~1/3まで休業)



↑ ↑ ↑
ホームページは
こちらから