

お知らせ

平成29年4月から

京都市介護予防・日常生活支援

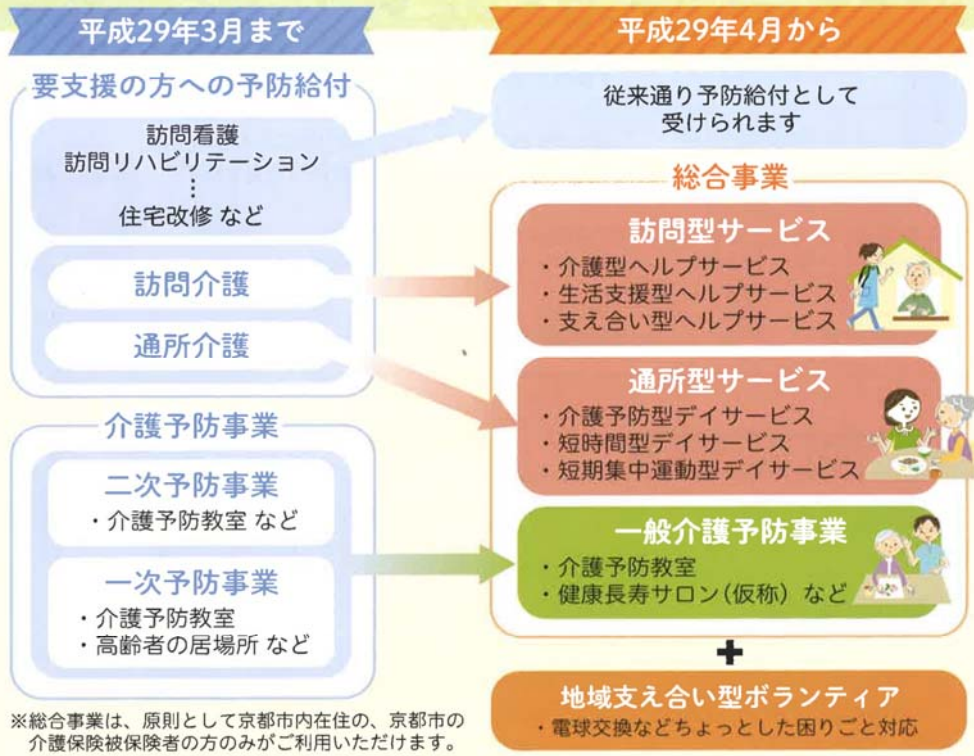
総合事業

が始まります!



介護保険法の改正によって、要支援の方への訪問介護（ホームヘルプサービス）・通所介護（デイサービス）と介護予防事業を再編し、平成29年4月から、京都市介護予防・日常生活支援総合事業を開始します。

高齢者が住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けることができるよう、総合事業において、皆さまの介護予防と日常生活の自立に向けた支援を行うとともに、生活支援の担い手の多様化に取り組む、地域における支え合いの体制づくりを進めます。



すざぐく便り

《第27号》

2017年4月発行
高齢サポート・朱雀
(京都市朱雀地域包括支援センター)

おまかせ応援歌

夜の雨止みてしばらく照る月が
街のあかりを吾に見せしむ
位かないと心に決めて姉長さん退きし
言葉に涙ぐへり

新田 喜美子

現在訪問介護または通所介護を利用している
要支援1・2の皆さまは、認定更新時などに、
順次、総合事業のサービスに移行します!

詳しくは担当の高齢サポートまで



たくさんのご参加ありがとうございました♪

京都アスニーにて、第6回あどぼかしい特別講演開催しました。(H29.1.18 開催) 今回は大道芸人による「たつきゆうさんのユーモアセラピー」でした。笑うことは健康の秘訣!との健康話や、大道芸の実演など、ためになる楽しい講演会となりました。当日は多くのご参加をいただきまして、誠にありがとうございました。今年度も、みなさまに役立つ講演会を企画していきますので、是非お楽しみに!!

深呼吸でリフレッシュ

すがすがしい新しい年度のはじまり。心も体もリフレッシュして、よいスタートをきりたいですね。

緊張やストレスがかかると、無意識のうちに呼吸が浅くなりがちなのをご存知でしょうか? 疲れを感じた時や、気持ちに余裕がなくなった時は、深呼吸をしてリラックスしましょう! まずは背筋を伸ばして姿勢を正す事から。深呼吸でリフレッシュして、爽やかにまいりましょう。



★脳トレ教室★

参加無料

毎月、第2水曜午後2時から京都アスニーで脳トレと体操教室を開催しています。計算や漢字の問題を解いたり、タオルを使った体操をしています。また毎月壬生坊城団地集会室にて、脳トレやレクリエーション、健康に関する話をしております。

皆さま楽しく参加されています。ご興味のある方は高齢サポート・朱雀にご連絡ください。



★あどぼかしい教室★

参加無料

毎月、京都アスニーと三条商店街振興組合事務所の2ヶ所で、高齢者に役立つさまざまな内容の教室を開催しています。皆さまもぜひ一緒に話を聞いてみませんか?

○京都アスニー3階 (毎月 第2水曜午後3時~)
○三条商店街振興組合事務所
4/14(金)・5/19(金)・6/16(金)午後2時~

※お気軽にお問い合わせください



編集後記~

私の一番好きな季節、春です。「一日休養、一日教養」休日のうち一日はしっかり休み、残りの一日は自分を高める時間に充て、心豊かな日々を送りたいものです。



4月からのあどぼかしい教室のご案内

- ✦4月 知っておきたい介護保険制度のあれこれ!
- ✦5月 おしえて!認知症予防の食生活
- ✦6月 高齢者の生きがいづくりについて

高齢サポート・朱雀

(京都市朱雀地域包括支援センター)

〒604-8805 京都市中京区壬生馬場町14-11

FAX. 075 (801) 1385 E-mail zaitaku_m@rakuwa.or.jp

TEL 075

(801) 1384

相談受付時間: 日・祝を除く午前9時~午後5時