

# ～上半期の活動報告～

日ごろは高齢サポート・朱雀の活動にご理解ご協力いただき、誠にありがとうございます。高齢サポート・朱雀では、高齢者になっても、住み慣れた地域で安心して暮らしていける街づくりをめざし、さまざまな地域支援事業に取り組んでおります。

## 各学区で地域ケア会議を開催しました

地域ケア会議とは??

医療・福祉・介護の専門職、地域役員、行政職員などの多職種が参加します。事例などから地域の課題や取り組みについてさまざまな意見交換などを行い、高齢者支援の充実と、それを支える地域づくりを行うことを目的に開催されます。

朱一学区

教業学区

朱二学区

朱六学区

す  
ぎ  
く  
便  
り



第 35 号

2019 年秋号

高齢サポート・朱雀

(朱雀地域包括支援センター)

## ～地域交流あれこれ～

すこやかサロン

各学区で様々な地域行事が開催されております。上半期は、朱一小学校の七夕茶会や朱二小学校の夏祭り、各すこやかサロンなどに職員が参加させていただきました。今後も行事に参加させていただき、地域の皆様と交流の機会を持ちたいと思います。

～こんな時はお近くの高齢サポートへご相談ください～

ご自分やご家族が...「最近転びやすくなった」「介護保険のサービスを使いたい時どうするの?」「最近物忘れが気になってきたのですが」「近所の高齢者のことで心配な方がいらっしゃる」「高齢者のお宅から怒鳴り声が聞こえてくる」...など、高齢者に関するお困りごとがありましたらお気軽にご相談ください。



# 健康づくりフェスティバル



～フレイルを予防しよう～ 2019

日時 令和元年 9月24日(火) 10:30～14:00

場所 ゼスト御池 寺町広場

内容 健康・介護についての相談 (保健師・看護師・歯科衛生士)

健康チェック(血管年齢・骨密度・脳年齢)、体操、福祉用具のお試しなど

子どもからお年寄りまで、どなたでも**参加無料**のイベントです

買い物の帰りにでも、お立ち寄りください♪

☎ お問い合わせは最寄りの高齢サポートまで

主催：京都市中京区地域包括支援センター・中京区役所保健福祉センター・中京区地域介護予防推進センター

## ★あどほかしい教室★

参加無料

毎月さまざまな講師をお招きし、高齢者に役立つ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階にて

(毎月第2水曜日：午後3時15分～4時)

※日時は変更する場合があります。

お気軽にご参加ください！！



## あどほかしい教室の予定

2019年10月9日(水) 15:15～16:00

【テーマ】「お墓に関する・あれこれ話」

【講師】(株)杉田

終活カウンセラー 橋本尚也 氏



## ★介護予防教室★

参加無料

毎月介護予防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。ご興味のある方は高齢サポート・朱雀にお問い合わせください。

○京都アスニー3階にて

(毎月第2水曜日：午後2時～3時)

※日時は変更する場合があります。



## ～編集後記～

令和元年がスタートして、東京オリンピックまで一年を切りました。ネットで申し込んだ観戦チケットはすべて落選しましたが、今からオリンピックの開催が楽しみです♪

## お問い合わせ

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

TEL: 075(801)1384 FAX: 075(801)1385 E-mail: zaitaku\_m@rakuwa.or.jp

相談受付時間：(日・祝を除く) 午前9時～午後5時

