

地域包括支援センターだより



第97号 令和5年2月1日発行

大垣市 地域包括だより

検索

住み慣れた地域で安心して暮らしていくために

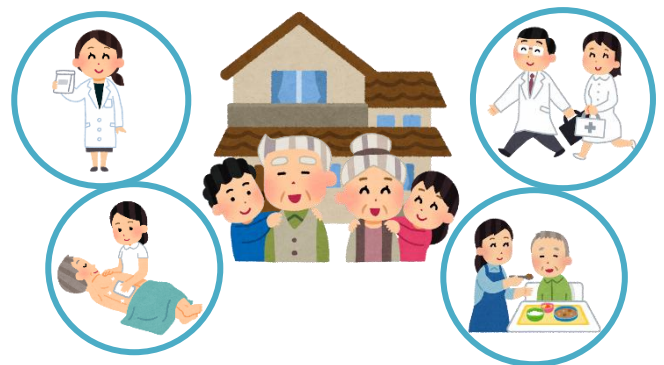


…こんな時、**在宅医療**という選択があります

在宅医療とは

在宅医療とは、自宅などの生活の場で、病気の診察、治療、処置などを受ける方法です。

退院後も治療が必要で、医療機関への通院がむずかしい患者さんなどが、住み慣れた場所で、日常的に医療や介護を受けながら療養生活を送ることができます。在宅医療を希望する場合はかかりつけ医に相談しましょう。



大垣市では皆さまに「在宅医療」を知ってもらう機会として市民公開講座を開催します。

令和4年度 在宅医療に関する市民公開講座

「在宅医療」という選択 ～自分のため、家族のために知っておきたいこと～

- ◆日時 令和5年3月12日(日) 午後1:30～3:00 (受付 午後1:00～)
- ◆場所 大垣市情報工房 5階 スイックホール
- ◆内容
 - ・「在宅医療」という選択 自宅で最期まで過ごすために
 - ・在宅療養に大切な3つのポイント そして訪問看護師にできること
 - ・在宅生活を安心して続けるために ～介護保険サービスの活用法と費用～
 - ・体験談 ～自宅で大切な人を看取った家族の話～
- ◆その他 参加無料 事前申込が必要です(電話・FAX・QRコード)
申込期限 3月9日(木) 定員 250名(先着順)



申込用
QRコード

【お問い合わせ先】 大垣市役所 高齢福祉課

TEL 0584-47-7416

FAX 0584-81-6221

★ レッツチャレンジ!! 脳のトレーニングで認知症予防 ★

記号あてはめ計算問題

□ に当てはまる計算記号 (+、-、×、÷) を入れてください

① $8 \square 4 = 2$

② $7 \square 7 = 49$

③ $33 \square 3 = 30$

④ $10 \square 10 = 1$

⑤ $7 \times 2 \square 6 = 20$

⑥ $5 \times 2 \square 5 = 5$

答えは下部にあります

★ やってみよう! シルバーリハビリ体操 ★



肩関節を柔らかく保つための運動

ポイント

- ・手のひらはいつでも自分の方を向ける。
- ・痛みのある方は無理しない範囲で行う。

手のひらを常に内側に
向けながら、肩関節が
大きく動くように手を
様々な方向に動かす

- ① 手のひらを自分の方に向けます。
- ② 顔の前から後ろに向かって、ゆっくり大きく肩を回していきます。
- ③ 後ろまで動かしたら、肩を回す方向を変え、ゆっくりと始めの位置に戻ります。

ご相談はお住まいの地区の担当地域包括支援センターへ

■大垣市地域包括支援センター

○大垣市役所内 Tel 82-1166 【担当地区】安井・川並・洲本・浅草

■地域包括支援センター大垣市社会福祉協議会

○総合福祉会館内 Tel 77-2255 【担当地区】興文・東・西・南・南杭瀬
日新・静里・綾里・荒崎

○在宅福祉サービスステーション内 Tel 84-7111 【担当地区】和合・三城・墨俣

○上石津老人福祉センター悠楽苑内 Tel 48-0068 【担当地区】上石津

■大垣市地域包括支援センターお勝山

○お勝山ふれあいセンター内 Tel 71-5536 【担当地区】宇留生・赤坂・青墓

■大垣市地域包括支援センター中川ふれあい

○中川ふれあいセンター内 Tel 82-1701 【担当地区】北・中川

※ 相談先がご不明の場合は、お近くの地域包括支援センターまでご相談ください。