

地域包括支援センターだより

所在地:長万部町役場内
電話:2-2016 FAX:2-2931
相談時間 8:30~17:15(土日祝、年末年始を除く)

☆ 気軽にご相談ください ☆

◎こんなことにお困りでは？

- つまづいたり、転びやすくなってきた。
- 物忘れが増えてきて、気になっている。
- 固いものが食べにくくなったり、むせやすくなってきた。
- 家族が認知症になり、どう接していいかわからない。
- 体力が落ちないように、体操などをやってみたい。
- 足腰が弱くなり、生活が心配…介護保険サービスについて知りたい。
- 近所の方の様子が今までと違うように感じる。



早い段階で介護予防に取り組むことで、介護そのものを遠ざけることができます。
地域包括支援センターで相談することにより、自分のやるべき道筋が見え、介護が必要になっても自分らしく生活することが出来ます。



地域包括支援センター ☎ 2-2016 までご相談ください。

Let's

わたしとまちの 第一歩

クラフトバンドでものづくり ～ふれあいハイム～

5月7日(水)第1回目の「ふれあいハイムでクラフトバンドでものづくり体験」を開催しました。今回は皆さんが使いそうなコースターづくりに挑戦！自分の好きな色のチップを組み合わせて二色で貼ったりカラフルな色をたくさん貼ったりと出来上りはそれぞれです。最近は年代関係なく趣味のひとつの他に指先を使ったり色を考えたりするのでリハビリや認知予防に効果的と言われクラフトバンドが注目されているようです。皆さんも趣味のひとつとしてクラフトバンドを始めてみませんか？

所在地 長万部町社会福祉協議会
電 話 6-7711
時 間 8:30~17:15 (土日祝、年末年始を除く)



このような
コースターの完成！



〈有料広告〉



司法書士法人 やまびこ事務所 長万部事務所

●登記 ●相続・遺言 ●後見 ●許認可 ●債務整理など

お気軽にご相談ください

☎ 01377-6-7444

司法書士・行政書士 青沼千鶴

長万部町字長万部15番地61