



大井総合福祉センター

TEL 049・266・1111
FAX 049・266・1112

■大井中央2・2・1

■初めて利用する人は、利用者登が必要です。本人確認書類（マイナンバーカードなど）をお持ちください。

●健康相談（整形外科）

整形外科の医師による健康相談会で、す。足腰の痛みなどご相談ください。

日時 1月20日(火)午後1時15分～2時

場所 大井総合福祉センター3階

健康相談室

対象 市内在住で60歳以上の人

担当医 清水左門さん（しみず整形外科クリニック医院長）

定員 5人（申込順）

申込方法 1月5日(月)から大井総合福祉センター1階窓口か電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

●医師による講演会

「人生会議を始めよう」

「もしものこと」を考えたことはありますか。万が一に備えて、前もって考え話し合ったりすることを「人生会議（ACP：アドバンス・ケア・プランニング）」と呼びます。自分が望む、人生の最終段階の医療・ケアについて考えてみませんか。

日時 2月2日(月)午後1時～2時30分

場所 介護予防センター1階

介護予防ホール

講師 富家隆樹さん（富家病院理事長・院長）

対象 市内在住の人

定員 50人（申込順）

申込方法 1月6日(火)から高齢福祉課窓口か電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

介護予防センター
TEL 049・264・7270
FAX 049・264・7271

介護予防センター

TEL 049・264・7270
FAX 049・264・7271

■霞ヶ丘1・5・1

■一般駐車場はありません。障がいなどにより駐車場の利用が必要な場合は、事前にご連絡ください。

■新規に介護予防センターの利用登録

社センター1階窓口か電話（TEL 049・266・1111）で申し込む

●高齢者の火災予防講座

消防士から住宅火災を予防するための大事なポイントを教えてもらいます。AED講習も実施します。

日時 1月8日(木)午後2時～3時

場所 大井総合福祉センター4階

多目的ホール

対象 市内在住で60歳以上の人

定員 30人

※当日、直接会場にお越しください。



高齢福祉課

TEL 049・262・9038
FAX 049・261・7621

●認知症サポート医による「もの忘れ・認知症相談」

認知症は、早期段階での対応が重要です。認知症に関して相談したいことがありますしたら、ご利用ください。

をする人は、本人確認書類（マイナンバーカードなど）をお持ちください。

●警察による注意喚起講話

最近の地域での事例をもとに、特殊詐欺や交通安全など、日常生活で気をつけるポイントを分かりやすく、警察官が話します。安全に暮らすための大切な内容ですので、ぜひご参加ください。

日時 1月14日(水)

午前10時30分～11時30分

場所 介護予防センター1階

介護予防ホール

対象 市内在住で65歳以上の人

定員 50人（申込順）

持ち物 介護予防センターの利用登録証、飲み物、筆記用具

申込方法 1月6日(火)から介護予防センター窓口か電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

●栄養つなぐプロジェクト
管理栄養士によるミニ講座と理学療法士が指導する介護予防運動を組み合わせる特別プログラムです。栄養と運動の両面から健康づくりを分かりやすくサポートします。

日時 1月16日(金)

介護支援ボランティア事業

●介護支援ボランティア事業とは

65歳以上の方が、市内の介護保険施設などでボランティア活動に参加した場合、活動実績に応じて付与されるポイントを奨励金（年間上限5,000円）に交換できる事業です。参加希望者は、説明会に必ず1回参加してください。ボランティアを通して、ご自身の介護予防と地域貢献をしませんか。

●介護支援ボランティア説明会

日時 1月15日(木)、2月4日(水)午後2時から（各回の内容は同じ）

場所 大井総合福祉センター会議室3

持ち物 介護保険被保険者証

申込方法 電話で申し込む

※5人以上のグループ、団体には出張による説明会をします。希望者はご連絡ください。

問 市社会福祉協議会（TEL 049・264・7212）

はじめての認知症ケア

心に届くコミュニケーション



認知症は特別なものではなく、誰もがなる可能性があります。認知症に関わらず、人と接する時には、相手を尊重し気遣うことが大切です。

●対応の心得3つの「ない」

- ①驚かせない
- ②急がせない
- ③自尊心を傷つけない

人からいきなり話しかけられると誰でも驚きます。認知症が進むと、段取りがうまくできないため、今までできていたのに、できなくなることが増えていきます。また、「もの忘れ」が重なると、何かが起こっているという不安を感じ始めます。本人の立場に立って考えながら対応することを心がけましょう。

問 高齢福祉課（TEL 049・262・9038）

●寄り添うための具体的な7つのポイント

- (1)まずは見守る
- (2)余裕を持って対応する
- (3)声をかけるときは1人で
- (4)後ろから声をかけない
- (5)相手の目線に合わせて
- (6)おだやかに、はっきりと話をする
- (7)相手の言葉に耳を傾けて、ゆっくり対応する

●認知症ケアパス（認知症安心ガイドブック）

認知症に関する知識や接し方、認知症の各段階に応じた医療・介護サービス、支援などを体系的にまとめています。冊子は、高齢福祉課窓口などで配布しています。電子版は、市ホームページをご覧ください。



持ち物 介護予防センターの利用登録証、飲み物、筆記用具

申込方法 1月8日(木)から介護予防センター窓口か電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

対象 市内在住で65歳以上の人

定員 各50人（申込順）

日時 1月21日(水)午後1時30分～3時

場所 大井総合福祉センター4階

会議室2

定員 3人（申込順）

申込方法 2月4日(水)までに電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

※申し込み後、担当の高齢者あんしん相談センター職員が訪問してお話を伺うことがあります。

●リハビリ専門職による運動教室

「寒さに負けない！姿勢と呼吸で整える冬のカラダ」

生活の中でできる体操や運動について、実技も交えながら講義します。

日時 1月21日(水)午後1時30分～3時

場所 大井総合福祉センター4階

会議室2

定員 3人（申込順）

申込方法 2月4日(水)までに電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

※申し込み後、担当の高齢者あんしん相談センター職員が訪問してお話を伺うことがあります。

●リハビリ専門職による運動教室

「寒さに負けない！姿勢と呼吸で整える冬のカラダ」

生活の中でできる体操や運動について、実技も交えながら講義します。

日時 1月21日(水)午後1時30分～3時

場所 大井総合福祉センター4階

会議室2

定員 3人（申込順）

申込方法 2月4日(水)までに電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

※申し込み後、担当の高齢者あんしん相談センター職員が訪問してお話を伺うことがあります。

●リハビリ専門職による運動教室

「寒さに負けない！姿勢と呼吸で整える冬のカラダ」

生活の中でできる体操や運動について、実技も交えながら講義します。

日時 1月21日(水)午後1時30分～3時

場所 大井総合福祉センター4階

会議室2

定員 3人（申込順）

申込方法 2月4日(水)までに電話（TEL 049・262・9038）で申し込む

※申し込み後、担当の高齢者あんしん相談センター職員が訪問してお話を伺うことがあります。

●リハビリ専門職による運動教室

「寒さに負けない！姿勢と呼吸で整える冬のカラダ」

生活の中でできる体操や運動について、実技も交えながら講義します。

日時 1月21日(水)午後1時30分～3時

場所 大井総合福祉センター4階

会議室2