

# 9月は高齢者福祉月間です

～ 住み慣れた地域で、誰もが自分らしく安心してともに暮らせるまちづくりのために ～

## 高齢者のための総合相談窓口

### 地域包括支援センター・ランチをご存じですか？

介護や福祉、医療などさまざまな面から、地域で暮らす65歳以上の皆さんを支えるための拠点です。東住吉区には、4か所の地域包括支援センターと3か所のランチが設置されています。

#### このようなご相談はありませんか？

「最近、足腰が弱くなってきたから、介護予防について知りたい。」  
 「近所の一人暮らしのおばあさんを最近みかけない。心配やなあ。」  
 「介護保険の申請をしたいけど、どうしたらいいの？」  
 「隣の家から、最近怒鳴り声が聞こえる。大丈夫かな？」  
 など、「介護・介護予防」「権利擁護」の相談を、介護・福祉・医療の専門職が支援をします。お困りのことがあれば、担当する地域を確認の上、お気軽にご相談ください。



#### 相談機関一覧

相談機関名	電話番号	担当する地域等
東住吉北地域包括支援センター	6719-7100	育和・桑津
東住吉区地域包括支援センター	6622-0055	北田辺・今川・田辺・南田辺
中野地域包括支援センター	6760-7575	東田辺・南百済・鷹合・湯里
矢田地域包括支援センター	6694-5552	矢田北・矢田中・矢田西・矢田東
白鷺ランチ	6769-1155	育和・今川
矢田東ランチ	6760-6539	矢田東・矢田北
矢田西ランチ	6699-9000	矢田西

## 認知症の方への支援

### 東住吉オレンジチームをご存じですか？

#### 認知症は誰でもかかる身近な病気です

東住吉オレンジチームは、認知症の方や認知症の疑いのある方を対象に、医療や介護など適切な機関につなぐ支援を行っています。認知症は、早期発見・早期診断・早期支援が大切です。相談が早ければ、それだけ支援の幅や選択肢が広がります。「認知症かな?」「どのように対応したらいいの?」等、認知症に関するお悩みは、自分たちで抱え込まず、東住吉オレンジチームにご相談ください。



**問合せ** 東住吉オレンジチーム  
 湯里1-1-30(中野地域包括支援センター内)  
 月～土曜 9:00～17:30(日・祝日休み)  
 ☎06-6760-7578  
 ✉dementia@smile-yume.com



## 100歳のご長寿おめでとうございます

100歳を迎えられた方々を祝い、長年にわたり社会の発展に寄与いただいたことに敬意を表するため、内閣総理大臣よりお祝い状と銀杯を贈呈します。  
 対象者52名(令和3年7月末時点)

※各地域の敬老大会は新型コロナウイルス感染症の影響により実施内容が異なります。詳細は各地域でご確認ください。

問合せ 保健福祉課(福祉)2階(28)番 ☎06-4399-9857 ☎06-6629-4580

## はつらつ脳活性化元気アップ講座に参加しませんか？

～認知症予防に必要な「体を整える」「心を動かす」「頭を使う」の要素を取り入れた講座です～

地域の皆さんと一緒にストレッチやウォーキング、パズル、折り紙、歌などで認知症を予防しましょう。さまざまな工夫をこらした内容の講座が各地域で開催されています。今回は、東住吉区住みます芸人アンビシャスのお2人が体験してみました。

参加を希望される方は、実施地域をご紹介しますのでお気軽にお問合せください。

※新型コロナウイルス感染症の影響で開催を見合わせている場合があります。



### 体を整える!

新聞で作った棒を使って、ストレッチ



### 心を動かす!

歌って笑おう!



### 頭を使う!

つみきを組み立て頭の体操

※感染対策を行ったうえでマスクを外して撮影しています。

問合せ 保健福祉課(健康づくり)1階(14)番 ☎06-4399-9968 FAX 06-6629-1265



広告

