

阿南中部高齢者 お世話センターだより

平成30年春号 H30年5月23日発行

＜発行＞
社会福祉法人 双葉会
阿南中部高齢者お世話センター
阿南市見能林町南林 260-7
電話 0884-23-3728
FAX 0884-23-5911
ホーム <http://futabakai.info/>

ご存知ですか？

日常生活自立支援事業

日常生活自立支援事業は、高齢者や障害者で判断能力が十分でない方または、日常生活において契約や金銭管理などの判断能力に不安のある方に対して、指導援助等を行うサービスです。

- 福祉サービスの利用援助
福祉サービスの種類を紹介、申し込みや手続き方法の案内や指導、現行サービスの苦情解決や変更等を援助します。
- 日常的な金銭サービス
銀行をはじめ金融機関において年金や福祉手当等の金銭引き落としの代理、公共料金の支払い、生活費の使用状況の確認のお手伝いをします。
- 書類等の預かりサービス
銀行などの貸金庫を利用し、預金通帳や印鑑、年金証書等の保管をします。

事業の利用希望のある方は、高齢者お世話センターにご相談ください。

心だんのお金の管理が
心配だなぁ…

介護保険の申請って、
どうしたらいいんだろう…

このごろ、ガス料金の払い込み
忘れがちだなぁ…

こまったなぁ



福祉サービスって
どうしたら使えるんだろう

お財布はどこに置いたかな…

ひとりくらしの生活って、
何となく不安だなぁ…

元気に毎日、自分の好きな事を続けるために

＜体調管理を心がけましょう！！＞

寒い冬から暖かい夏に向かって、今が一番過ごしやすい季節といわれています。朝・夕の**気温差が大きい時期は体調を崩しやすい時期**でもあります。

＝予防のポイント＝

- ①こまめに水分補給をしましょう。
- ②暑い時間帯の外出は、できるだけ控えましょう。
- ③**温度調節ができる服装**で過ごしましょう。
- ④食事をしっかり摂り、体力を維持しましょう。
- ⑤睡眠を十分にとりましょう。



始まりました あななんサロン 阿瀬比さくら会

5月から1回/月（第1金曜日 13:30～）

阿瀬比集会所に、みんなが気軽に集える「阿瀬比さくら会」ができました。この日は、DVDを見ながらみんなで百歳体操を体験してみました。その後、広告や色紙を使った鍋敷き等の折り方を互いに教え合いながら、和気あいあいとした時間が穏やかに過ぎていきました。



開設のサポートは高齢者お世話センターがします。

お気軽にご相談ください。

「あななんサロン」とは？

地域住民が自宅から歩いて行ける場所に気軽に集い、いつまでもいきいきと地域の中で暮らしていけるよう「仲間づくり」「生きがいつくり」「介護予防活動」をするための場がサロンです。

高齢者のみなさんがサロンに参加し、顔なじみの輪を広げるとともに、互いに助け合う地域づくりを進めるため、阿南市では「あななんサロン」とし、住民主体の活動を支援しています。