

住み慣れた立川で これからの0次予防を



市は、高齢の方に「立川市でよかった」と思ってもらえるよう、エンディングの準備、フレイル予防、認知症への備え、地域からの孤立防止などの「0次予防」を推進しています。住み慣れた立川で0次予防に取り組んで、元気に歳をとりましょう。

地域福祉市民フォーラム 「知って得するACP」

基調講演のほかに、在宅看取りの経験のある介護事業者や家族の方のお話を聞きます。在宅看取りを応援するための福祉人材確保を目指した「ふくしのお仕事紹介」も同時開催。直接会場へ時10月26日(土)午後1時30分から(午後1時開場)場女性総合センター1階ホール、ギャラリー師東京都医師会理事・莊司輝昭さんほか定180人(先着順)

高年齢福祉課在宅支援係・内線1479

出張 暮らしの保健室

訪問看護師や薬剤師等の専門職が、市民の方が所属するサークル等へ出張相談に伺います。在宅医療や介護、服薬、持病のことなど、なんでも一緒に話しましょう。開催を希望する場合はご連絡ください。また、開催の予定は「広報たちかわ」等に掲載します。

高年齢福祉課認知症対策係・内線1482、お近くの地域包括支援センター(下表)

こはるのくすり箱

薬についての疑問や健康相談など、薬剤師と気軽に話せます。直接会場へ時11月1日(金)午後1時～3時場スマイルキッチン(幸町5-64)

北部中さいわい地域包括支援センター ☎(538)2339 📧h-saiwai@shisei.or.jp

認知症を知ろう・学ぼう・歩もう「認知症はじめて講座」

認知症に興味のある方はどなたでもご参加ください。講座後には相談会も行います時11月6日(水)午前11時～正午場立川病院トリアージ棟(錦町4-2-22)師立川病院精神神経科医師・立入仁美さん定30人(申込順)申立川病院認知症疾患医療センター ☎0120(766)613へ

高年齢福祉課認知症対策係・内線1482

かかりつけ医等によるもの忘れ相談

認知症の治療が必要かどうかを、地域の連携医療機関で相談ができます。問診などを通して、医師が判定します。相談は無料です。治療や検査には費用がかかります ▶対象＝認知症と診断されていない市民の方 ▶申込方法＝高年齢福祉課に電話した後、「相談連絡票」を記入し、相談日時を市内15の医療機関で予約してください(医療機関は市ホームページをご覧ください)。お問い合せください。



高年齢福祉課認知症対策係・内線1482

体操をしたい方々を応援します

「自分たちで体操をしたいけれど、どんな体操をしていいかわからない」という団体などに、市が体操指導者を派遣します。体操の体験会や体力測定のための支援もあります。くわしくは、お問い合わせください。

▶対象＝次のすべてに該当する団体 ▶65歳以上を含む市民3人以上が所属している ▶週1回1時間を目安として、市が推奨する体操(たちかわ健康体操とラジオ体操第1)に6か月以上取り組む意向がある ▶会場を自分たちで確保している ▶支援内容＝▶体操指導者を無料で7回派遣します ▶体操のテキストとしおりを差し上げます ▶体操のCDまたはDVDを貸与します ▶初回と6か月ごとにリハビリテーション専門職が体力測定し、継続支援を行います

高年齢福祉課介護予防推進係・内線1471へ

介護保険・高齢者のサービスに関するご相談は…

在宅での介護や在宅医療に関することは、お近くの地域包括支援センターや福祉相談センターにご相談ください。

お気軽にご相談ください



	名称	電話番号	ファクス	担当地域
南エリア	南部西ふじみ地域包括支援センター★	☎(540)0311	Fax(548)1747	富士見町、柴崎町
	南部東はごろも地域包括支援センター	☎(523)5612	Fax(523)5613	羽衣町、錦町
中エリア	中部たかまつ地域包括支援センター★	☎(540)2031	Fax(522)1636	高松町、曙町、緑町
	北部東わかば地域包括支援センター	☎(538)1221	Fax(538)1222	若葉町、栄町
北エリア	北部中さいわい地域包括支援センター★	☎(538)2339	Fax(538)1302	幸町、柏町、砂川町、泉町
	北部西かみすな地域包括支援センター	☎(536)9910	Fax(536)9953	上砂町、一番町、西砂町

名称	電話番号	ファクス
にしき福祉相談センター	☎(527)0321	Fax(527)0322
かみすな福祉相談センター	☎(537)7799	Fax(536)7182
にしすな福祉相談センター	☎(531)5550	Fax(531)3451

★のセンターには、認知症地域支援推進員(在宅医療・介護相談窓口担当)を配置しています

