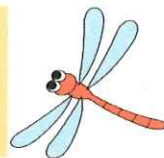


# こんにちは 寺内地域包括支援センター寿光園です。

2023年 秋号



猛暑と言われた夏も終わり、急に寒さを感じる様になりました。寒暖差により体調を崩される方も増えてきております。食欲の秋、口から栄養をしっかり補給し健康な日々を過ごしましょう。

## 地域包括支援センターが皆様を開催できる出前講座

### 健康講話

各地域や団体へセンター職員がお伺いし、介護や福祉についてお話させていただきます。日時や内容は希望に合わせて対応しておりますので、お気軽にお問い合わせ下さい。

～健康講話の一例～

- ★認知症予防について
- ★介護サービスについて
- ★消費者被害対策について
- ★熱中症・食中毒対策について など

### 認知症サポーター養成講座

認知症サポーターとは、認知症について正しい知識を持ち、認知症の方やその家族を見守る応援者です。

～認知症サポーター養成講座～

- ★場所：町内会館・サロンなど、要相談
- ★人数：5名以上から受付致します  
(年齢は問いません)
- ★時間：概ね90分程度



### 声掛け模擬訓練

認知症高齢者の徘徊保護の相談が増えています。身近な場所で困っている認知症の方に出会うかもしれません。そんな時に備え、声の掛け方を体験してみませんか？

～声掛け模擬訓練の内容～

- ★概ね90分程度
- ★参加人数：5～20名程度
- ・徘徊高齢者の実態など情報提供
- ★包括職員が迷っている高齢者に扮し模擬訓練
- ・迷っている方への声かけ方法
- ・通報の方法



## 皆さんのお住まいの地域で体操教室を開きませんか？

センターでは毎年介護予防教室を開催しています。現在、来年度の開催場所を検討していますが、できるだけ皆さんから要望のある地域で開催したいと思います。もし地域や町内会館などで体操教室を希望される方がいらっしゃいましたら包括支援センターまでご連絡下さい。

お気軽に  
お問い合わせ下さい



寺内地域包括支援センター寿光園  
連絡先 : 853-6300