

宮崎市生目・小松台地域包括支援センターだより

高齢者の総合相談窓口の宮崎市生目・小松台地区地域包括支援センターです。地域の皆様には大変お世話になっております。今年度もよろしくお願ひいたします。生目地区交流センター1階に入居しています。お気軽にお問い合わせください。

仕事内容

地域包括支援センター 電話番号:62-3855

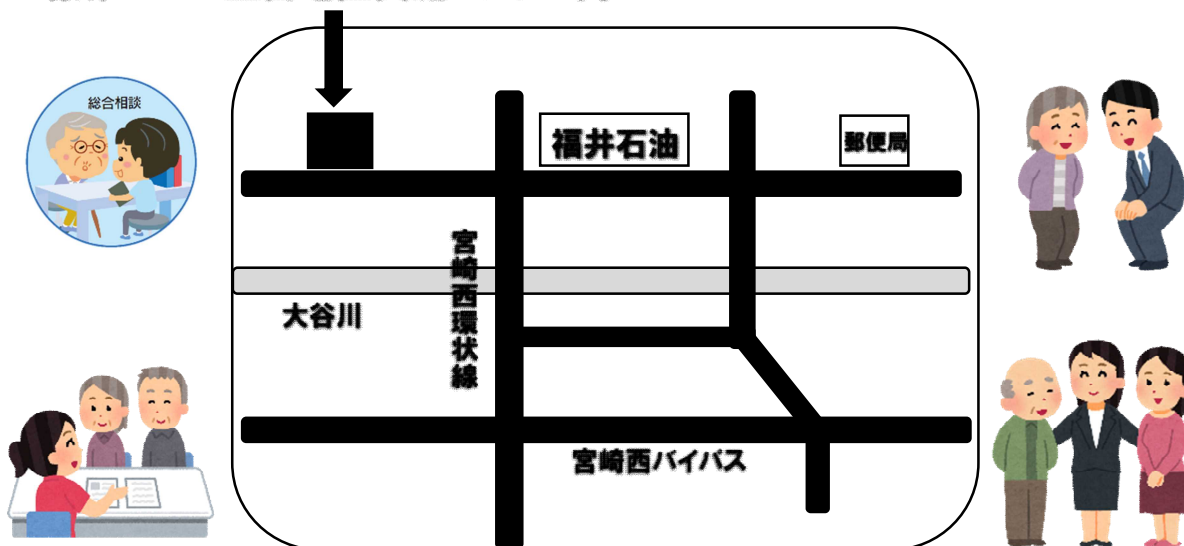
〔担当:日高(幸)・古田・渡邊・早田・日高(翔)・川上〕

- ・様々な相談ごとを受けつけています【総合相談支援業務】
- ・介護予防や健康づくりの支援をします【介護予防ケアマネジメント業務】
- ・皆様の財産や権利を守ります【権利擁護業務】
- ・皆様が暮らしやすい地域を目指します【包括的・継続的ケアマネジメント業務】

認知症地域支援推進員 電話番号:64-8585〔担当:大迫〕

- ・地域包括支援センターと協力し認知症に関する相談を受け付けています
- ・認知症専門病院等と連絡を取り、本人や家族の抱える不安や心配事を一緒に解消していきます
- ・地域のオレンジカフェを紹介または開催します
- ・家族向け認知症介護教室を開催します

場所 生目地区交流センター内



宮崎市生目・小松台地区地域包括支援センター

住所:〒880-2104 宮崎市大字浮田 3000 番地 1(宮崎市生目地区交流センター内)

電話番号:(0985)62-3855 FAX:(0985)62-3877

地域では様々な活動の場が開催されています。今回は4月より開催されているものをご紹介します。参加についてご質問がある場合はお気軽にお問い合わせください。

健幸運動教室:65歳以上の方が対象

宮崎市では市内各地で「宮崎いきいき健幸体操」に取り組んでいます。

生目地区の拠点型では、生目の杜体育館で行われています。

地域型で地域の団体で開催している地区もありますので、お気軽に包括までお問い合わせください。

生目の杜体育館 火曜日:9:30~11:00

予定:5月2日・9日・16日・23日・6月6日・13日・20日

申し込み不要、無料で参加可能です。お気軽にご参加ください。



フレイル予防短期スクール:65歳以上の方が対象 全12回(3ヶ月間) 週1回
運動・口腔・栄養・認知症予防のプログラムへ参加し自宅でも継続できる取り組みを身につけることができます。

夏スクール:申込締切日 6月15日(木) 参加期間:7月・8月・9月

秋スクール:申込締切日 9月15日(金) 参加期間:10月11月・12月

冬スクール:申込締切日 12月15日(水) 参加期間:1月・2月・3月

参加費:無料 対象者:身体や気持ちの衰えを感じる65歳以上の方

申し込み方法:申込み締切日までに、希望する一つの事業所へ申込書を提出

申込書は包括にもございます。お気軽にお問い合わせください。

生目・小松台地区 開催事業所

フィットネス・デイ こまつ 毎週水曜日 14:30~16:30

定員20名 所在地:小松 連絡先:55-0833

通所リハビリテーション 一喜一喜 毎週木曜日 14:00~16:00

定員20名 所在地:浮田 連絡先:47-1162



オレンジカフェ小松台 申込先:64-8585 (担当:大迫)

オレンジカフェは、物忘れが気になっている方、介護でお悩みの方、その他物忘れや介護の問題について関心のある方など誰でも参加できる憩いの場です。毎月小松台で開催しています。お気軽にご参加ください。

場所:小松台ハイランド集会所(和室)

住所:宮崎市小松台西2丁目12-1

時間:毎月第3水曜日 13:30~15:30

開催日:4月19日・5月17日・6月21日・7月19日・8月16日・9月20日・10月18日・11月15日・12月20日・1月17日・2月21日・3月20日

