

# ほうかつだより

令和7年度 第3号

電話 079-289-1703



地域包括支援センターでは、65歳以上の方が安心して生活するためのお手伝いをしております。看護師・社会福祉士・主任ケアマネジャーなど、様々な資格をもった職員がおり、皆様の困り事に総合的に対応させていただきます。「これはどこに言えばいいんだろう...?」というような困り事も、まずはご相談ください。



## 11月27日 城東総合センターにて

### 消費者被害を防止するための勉強会を開催しました。

- ・ 姫路市内で今年度、どんな消費者被害（未遂含む）が発生しているのか？
- ・ 騙されたかも！？と思った時の相談先は？
- ・ なぜ高齢者が被害に遭いやすいのか？

**消費者被害に注意！**



地域包括支援センターでは、介護保険や生活に関する困り事その他、

**権利擁護（高齢者虐待、成年後見制度、消費者トラブル等）に関する相談も受け付けております。**

気軽にご相談ください。





# いきいき 百歳体操

みんなでDVDを見ながら運動します。  
体操終了後、認知症サロン・輪投げ・茶話会等をしている会場もあります。



会場では、専門職による健康教育の機会もあります。

- ・運動指導士
- ・栄養士
- ・歯科衛生士
- ・薬剤師



実施場所が前年度に続き、城東校区でも新たに増えました！



## みなさんも始めませんか？

認知症であるかどうかに関わらず、地域の高齢者が自由に参加することができる地域住民が運営する通いの場です。



## 認知症サロン



いきいき百歳体操、認知症サロン、どちらでも 見学・参加・新規グループ立ち上げに興味がある方は、当センターまでお問い合わせ下さい。



### 姫路市城乾・東光地域包括支援センター

(姫路市より姫路市社会福祉協議会が委託を受けて運営しています)

〒670-8530

姫路市坂田町3番地 (中央保健センター1階)

TEL 079-289-1703

FAX 079-289-1638

平日 (月曜～金曜) 午前9時～午後5時

(土・日・祝はお休み)

