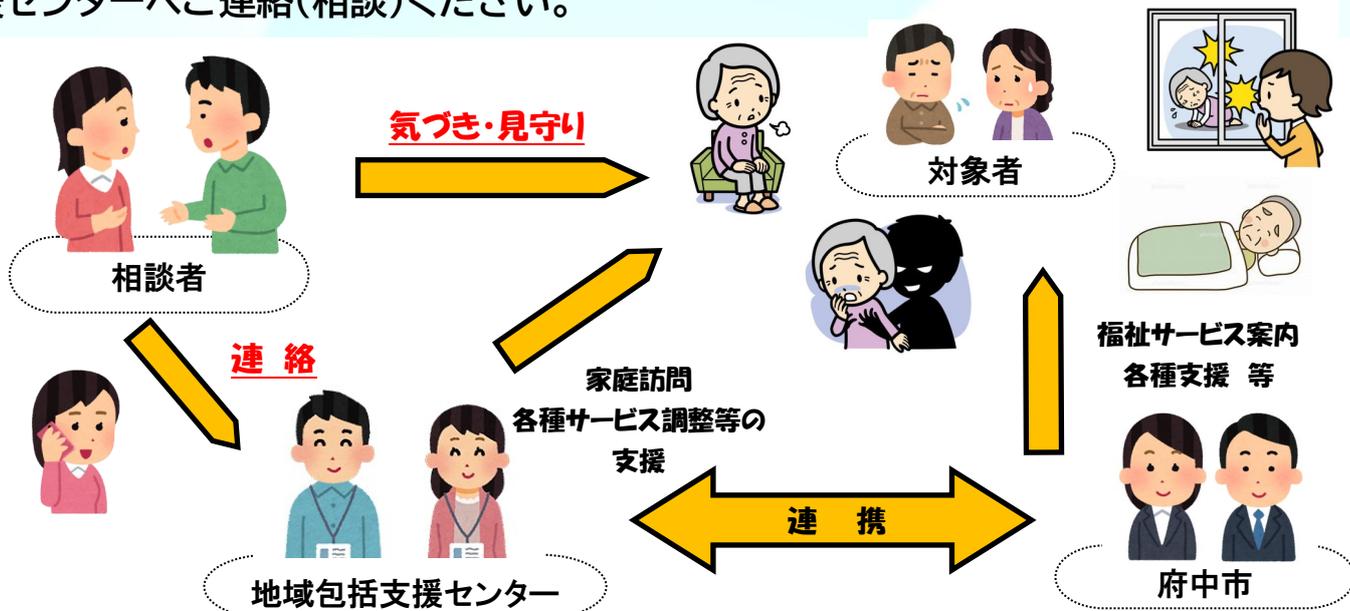


# おしただより

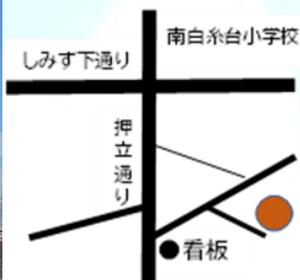
令和6年  
10月25日  
発行

## 府中市高齢者見守りネットワーク

地域のみなさんの『気づき・連絡(相談)』が、支援が必要な方を見逃さず、地域で安全に安心して暮らし続けるためのサポートになります。気づきがあれば、地域包括支援センターへご連絡(相談)ください。



ご連絡を受けた地域包括支援センターは、対象者の状況を確認します。そして、ご本人の状況や希望に応じて、必要なサービス調整等の支援につなげます。また、匿名のご連絡も受け付けています。



～お気軽にご連絡ください～

- ・相談にいらっしゃる方は事前にご連絡をお願いします。
- ・駐車場はありませんので、近隣パーキングをご利用ください。お身体の状態により難しい場合はご相談ください。

発行元 社会福祉法人 府中市社会福祉協議会 ホームページ <http://www.fsyakyo.or.jp>

府中市地域包括支援センターおしただ

〒183-0012 府中市押立町2-26-23

TEL 042-363-1661 FAX 042-336-1199

★受付時間【日曜日を除く】午前8時30分から午後5時15分

(地域包括支援センターの緊急対応は、24時間電話受付)



## オレンジサロンのお知らせ

### 【認知症家族介護者教室・懇談会】

認知症の家族を介護されている方、認知症について知りたい方、どなたでも参加いただけます。会場と講師がオンラインでつながります。お気軽にご参加ください。

◆11月30日(土)

午後2:00~4:00

会場：車返団地1街区集会所

内容：お問い合わせ下さい



## 介護予防事業体験会

住み慣れた地域でいきいき生活を続けていくことを目標に、府中市では元気を維持する取り組みを行っております。椅子に座ってできる体操と握力測定、事業の説明をいたします。

・対象：概ね65歳以上の府中市民



◆11月26日(火)午後1:30~2:30

会場：押立体育館 2階会議室(上履き持参)

◆11月28日(木)午後1:30~2:30

会場：押立文化センター 2階講堂

## 出前講座いたします

自治会、シニアクラブ、自主グループ等、住民主体のグループに向けて、地域包括支援センター職員を派遣し情報を提供いたします。内容等をご相談下さい。

・介護保険について詳しく知りたい。

・認知症サポーター養成講座。

・フレイル予防の講話。

・体操、脳トレ、レクリエーションをやりたい。

・体力測定会の開催。

等



グループを作ってスマホでフレイル予防

## 【みんチャレ体験講座】

お申込み者同士でグループを作り、メッセージ、写真を送り合いスマホで交流をします。スマホの操作に慣れ、健康習慣につながります。まずは2週間体験してみませんか。

対象：スマートフォンをお持ちで、両日参加可能な、おおむね65歳以上の府中市民

①12月4日(水)午後1:00~2:30

②12月11日(水)午後1:00~2:00

※①②の2回連続講座

会場：押立体育館 2階会議室 (上履き持参)

参加費・利用料は無料です

【問合せ・申込み】 府中市地域包括支援センターおしただて ☎042-363-1661

## 頭の体操！秋のことわざ・慣用句 下線には何と入るでしょう

① 秋茄子は\_\_\_\_\_に食わずな

② \_\_\_\_\_秋の空

③ \_\_\_\_\_馬肥ゆる秋

④ \_\_\_\_\_親しむべし

⑤ \_\_\_\_\_天下の秋を知る



## 府中市社会福祉協議会 財政サポーター募集中!



当協議会の会員として財政的なサポーターになってくださる方を募集しています。年間300円から、どなたでもいつからでも加入できます。多くの皆さまのご協力をお願いいたします。

年会費(4月1日~翌年3月31日)

・個人会員会費 300円以上

・団体会員会費 2,000円以上

※会費に代えて寄付金としての取り扱いもできます。

【申込み・問合せ】 総務課

TEL : 042-364-5137 FAX : 042-362-9090