

## お知らせ

### ■「認知症初期集中支援チーム」活動開始!

家族に認知症の疑いや強い症状があるなど、適切な医療やサービスにつながらずに、困っている人はいませんか。認知症になっても、できる限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるよう、専門医と医療・福祉の専門職で構成する「認知症初期集中支援チーム」がお手伝いします。少しでも疑問や不安がある時は、早めに相談をすることが大切です。まずは、地域の「高齢者あんしんセンター」に、ご相談ください。

【高齢者相談】☎・ところ／各高齢者あんしんセンター（地域包括支援センター）

とき	月～金曜日	8:30～17:00
高齢者あんしんセンター 第一・北 老人保健施設「アポロン」内 ☎ 33-0882		
高齢者あんしんセンター第二 保健福祉センター「はなみずき」内 ☎ 34-3240		
高齢者あんしんセンター 六合 六合公民館「ロクティ」内 ☎ 32-9699		
高齢者あんしんセンター 初倉 初倉地域総合センター「くらら」内 ☎ 30-0617		
高齢者あんしんセンター 金谷 金谷北地域交流センター内 ☎ 45-5610		
高齢者あんしんセンター 川根 市役所川根支所内 ☎ 58-0321		

【5月の高齢者ふれあい事業】☎長寿介護課  
ところ／はなみずき内「ふれあいセンター」(2階)

教室名／開催日／時間

ビーズ細工で楽しむおしゃれ★／17日(水)／午前10時～午後3時

手芸の日、何を作るかお楽しみ◆／12日(金)・19日(金)・26日(金)・31日(水)／午前10時～午後3時

みんなで楽しく歌いませんか／1日(月)／午前10時～11時30分

大正琴を楽しみましょう／2日(火)・16日(火)／午後1時～3時30分

絵手紙を描こう／10日(水)／午前10時～正午

楽しく遊んで若返り／11日(木)／午前10時～11時30分

みんなで折り紙を作りましょう／2日(火)／午前10時～正午

楽しい食生活◎／16日(火)／午前10時～正午

美しい「詩歌」を吟じて健康づくり／16日(火)／午前10時～正午

健康は足の裏から／25日(木)／午後1時30分～3時

◆ 必要なものを持参 ◎ 要予約 ★ 新規要申込

## 4月の「耳」より情報

### 「シニアトレーニング」で周囲も自身も健康に!

専用マシンによるトレーニングやストレッチ体操などを学び、自身の健康維持だけでなく「シニアトレーニング指導員」として活躍してみませんか。指導員に必要な技術と知識が習得できる講座です。

とき／6月1日(木)～7月20日(木)の毎週木曜日(全8回)

午後1時～3時30分(受付開始 午後1時15分から)

ところ／プラザおおり シニアトレーニングルーム

対象／60～おおむね70歳までの人

定員／14人

申し込み／5月12日(金)までに、電話・ファクスまたはEメールで長寿介護課へ

✉kaigo@city.shimada.lg.jp

FAX 34-3289

参加費／500円(保険料)

持ち物／飲み物、トレーニングシューズ、筆記用具

