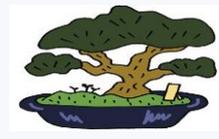


# 小松あんしん長寿 相談所だより



令和5年度第2号

小松あんしん長寿相談所は、小松学区・木戸学区の高齢の方を対象とした、介護・福祉の相談窓口です。

来所や電話だけでなく、訪問による相談もお受けしておりますので、身近な相談窓口として、お気軽にご連絡ください。

## 小松あんしん長寿相談所（小松地域包括支援センター）

住 所：大津市南小松90番地  
電 話：596-2260  
596-2261  
F A X：596-2262  
開所時間：9：00～17：00  
（土日・祝祭日・年末年始を除く）

※平日夜間・休日の緊急時の連絡先  
大津市役所代表  
電話：523-1234



## このようなときはお気軽にご相談ください

まだ介護は必要ないけど、健康に自信がない…  
一人暮らしが不安になってきた…



介護保険を利用したいが、手続きの方法がわからない…  
自宅に手すりをつけたい…

お金の管理に自信がなくなってきた…  
高齢の親が訪問販売の被害に遭いそうで心配…

物忘れが多くなっていて心配…  
認知症について、もっと良く知りたい…

裏面もご覧ください

## ★志賀健康いきいき祭りを開催しました★



令和5年10月28日(土)に志賀健康いきいき祭りを開催しました。本年度は、久しぶりの一日開催になりました。認知機能測定、血管年齢測定、骨密度測定、歩行解析、健康体操、ハンドマッサージ、福祉用具の展示、食事メニューの展示、福祉施設紹介と物販、キッズコーナー等多くのコーナーを開設し、262名の参加がありました。今回は、体力測定後に、地域の専門家による相談窓口を実施し、参加者が自身の状態に合ったアドバイスを受けることができ、好評でした。

大津赤十字志賀病院の講演会では、「寝たきり予防のために～ロコモと骨粗鬆症について～」、「お薬手帳の活用術～使い方知っていますか～」を講演いただきました。

ご協力いただいた地域の皆様、事業所の皆様、当日はありがとうございました。今後も参加者が楽しみながら、学んでいただける「志賀健康いきいき祭り」を開催していきます。



## 和邇・小松エリア在宅療養応援講座を開催しました

令和5年11月18日(土)に、小松学区を対象として北小松自治会館にて講座を行いました。

当日は、小松診療所・上川医師より、大津市における訪問診療や訪問看護の体制、在宅療養支援診療所や多職種連携チームの役割をはじめ、人生の最期の過ごし方についてのご講義を、戸崎歯科医院・戸崎医師より、嚥下の大切さや口腔の健康についてのご講義をいただきました。参加者の皆さまからは、ご家族に対する終末期の過ごし方や、ご自身の終活のあり方などを考える機会になったとの声もいただき、暖かみのある講座となりました。

小松地域の自治連合会、民生委員児童委員協議会、社会福祉協議会および北小松自治会の皆様、ご協力ありがとうございました。

大津市では医療機関をはじめ、さまざまな専門職種が連携して在宅療養の支援を行っています。不安に感じられることやご質問などがございましたら、小松あんしん長寿相談所(596-2260)へご連絡ください。



## ～あんしん長寿相談所での休日相談～

働く介護家族への支援として、毎月第2土曜日と第4日曜日に市内のあんしん長寿相談所のうち1か所を開所して、休日相談を実施しています。

相談は、事前予約制となっております。

相談日や相談場所、予約方法など詳細につきましては、大津市ホームページをご覧ください。

