

地域包括支援センター長森だより

いつまでも住み慣れたこの街で…

～こんにちは、あなたの街の地域包括支援センターです～



平成27年5月

私たち地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢の方々の、

医療・介護・介護予防・生活・住まいなどの 身近な相談窓口

として活動しています。今号では、私たち岐阜市地域包括支援センター長森に助っ人としてやってきた公式キャラクターを紹介します。

まめタン



枝豆の妖精。
地域の皆さんの“からだの健康”づくりのお手伝い役。
体を動かすことが大好き。
これから地域の皆さんと、お会いであることを楽しみにしています！

くらタン



小豆の妖精。
まめタンとは、隣の畑で育った幼なじみ。
地域の皆さんの“支え合いの輪づくり”のお手伝い役。
おしゃべり大好き。

私たち岐阜市地域包括支援センター長森は、これからも地域役員の方々はもとより、地域の商店、医療機関、福祉サービス事業所、行政機関などと協力し合い、地域の皆さんが安心して暮らすことのできる地域づくりをお手伝いさせて頂きたいと思っております。

今後ともよろしくお願ひいたします。

岐阜市の『おいしく食べよう教室』が開催されます！

〔会 場〕長森東公民館（岐阜市水海道2-10-1）

〔日 時〕

	開催日(予定)	内 容(予定)
第1回	6月18日(木曜日)	おいしく食べるためのお話
第2回	7月 2日(木曜日)	お口をきれいに！ お口のお手入れのお話
第3回	7月16日(木曜日)	お口の中のばい菌と食事(かむこと)のお話
第4回	8月 6日(木曜日)	教室の振り返りとこれからの家での健康管理

毎回、13時45分から15時15分まで（第1回のみ 13時30分から）

〔参加費〕なし 〔定員〕15名

※事前の申し込みと、4回続けての参加が必要となります。

※この教室へ参加するためには、65歳以上で要介護の認定を受けておらず、

『基本チェックリスト』を実施した結果、一定の基準を満たす必要があります。

▼お申し込み、お問い合わせは、下記までご連絡ください。

岐阜市地域包括支援センター長森 058-245-2855



～地域活動紹介コーナー～ 街角スナップ



さわやか筋トレクラブ

地域包括支援センター職員が
お邪魔させていただきました！

さわやか筋トレクラブは、北一色公民館（第1,3水曜日 13:30～15:00）と岩戸公民館（第2,4金曜日 13:30～15:00）で活動されています。

今回は、北一色公民館へ訪問させていただきました。足の筋力の衰えを感じている方、普段身体を動かしていない方でも大丈夫。サポーターの方が、分かりやすく指導してくれます。

興味のあるかたは、活動日に直接北一色公民館、岩戸公民館へおでかけください。



みなさんのお近くでも、筋トレ教室が開催されています。
筋トレ教室についてのご質問は、下記までご連絡下さい。

★長森ふれあい保健センター（長森コミュニティセンター内） 058-249-0457
もしくは ★岐阜市地域包括支援センター長森 058-245-2855

今後ともよろしくお願いたします。



福田 美智代
(主任介護支援専門員)

4月より、地域包括支援センター長森へ配属となりました主任介護支援専門員の福田です。

まずは、長森地区についていろいろな方に教えていただき、地域の皆さんと一緒に色々な活動を行わせて頂きたいと思えます。よろしくお願いたします。

岐阜市地域包括支援センター長森 245-2855

岐阜市長森本町2-11-16 長森荘C棟112号室

訪問・来所などによる相談の受付

月曜日から土曜日の
午前9時から午後5時まで
(祝日・年末年始を除く)

電話による相談の受付

24時間、
年中無休で受け付けます。

交通のご案内

岐阜バス『岐阜県総合医療センター口』
バス停下車 徒歩5分

ホームページ <http://www.gifuroujin.or.jp/chikihoukatsu>

