



はてメカネは？

# 1月の介護教室と介護相談会

## ○家族介護者教室（在宅介護支援センター主催）

主催	在宅介護支援センター羽曳野	悲田院
日程	1月14日（金）	1月25日（火）
時間	13:30～15:00	15:00～16:30
場所	石川プラザ	悲田院
内容	<u>高齢者のオムツや失禁時のお世話について</u>	<u>腰痛体操（動きやすい服装で参加）</u>
申込	電話958-9951	電話957-3731

あたたかい心が通う介護のために、介護を必要とする方、介護をする方、それを見守る地域の方などが、それぞれ「**介護**」について理解を深め、つながりあい、絆を深めていただく講座です。身近な地域での介護講座にご参加ください。

## ○認知症家族介護者教室（グループホーム主催）

主催	グループホームくすのき苑
日程	1月29日（土）
時間	受付9:30～ 開始10:00～
場所	グループホームくすのき苑 2階 地域交流スペース
内容	<u>その人らしく生きる為には</u>
申込	電話957-6501

## ○介護相談会

主催	グループホームくすのき苑
日程	1月11日（火）
時間	13:00～15:00
場所	グループホームくすのき苑
対象	羽曳野市内在住の方
申込	電話957-6501



問合せ 高年介護課  
内線 1390/1391

## 足湯を使ってほっこり介護予防

### 介護予防おてがる運動教室

足湯でウォーミングアップをしたあと、専門職による運動プログラムを実施します。楽しく介護予防に取り組みましょう！



足湯でウォーミングアップ



イスに座り、錘のベルトやゴムバンドで安心トレーニング

日時 平成23年2月14日(月)～3月23日(水) 10:00～11:45頃

2月	14日(月)	21日(月)	23日(水)	28日(月)
3月	7日(月)	9日(水)	14日(月)	23日(水)

※トレーニングは上表の全8回です

場所 陵南の森老人福祉センター 多目的室ほか

対象 65歳以上のかた

申込 地域包括支援室の窓口（市役所別館②番）

※申し込みに必要なもの

①申込書（地域包括支援室の窓口にあります。）

②各保険者が実施する健診の結果（22年度に受診したもの）

締切 平成23年1月20日(木)

定員 10人（申込多数の場合は抽選） 費用 無料

問合せ 高年介護課地域包括支援室 内線1391

## 高齢者実態調査の実施について

羽曳野市でもひとり暮らし高齢者や高齢者のみの世帯が大変な勢いで増加しています。ひとり暮らしなどであっても安心して地域で生活が継続できるよう、高齢者の社会的孤立の防止や災害時の支援体制（安否確認や避難支援）、困りごとがあった時に気軽に相談ができる相談体制の確立をすすめることを目的に、高齢者の実態調査を行ないます。

民生委員が訪問し調査を行ないますのでご理解ご協力をお願いします。詳しくは2月の広報でお知らせします。

### 実施時期

平成23年2月

### 対象者

- ① 65歳以上のひとり暮らし世帯
- ② 世帯全員が75歳以上の高齢者世帯

### 実施方法

民生委員による訪問調査

### 問合せ

高年介護課地域包括支援室  
（内線 1391/1398）