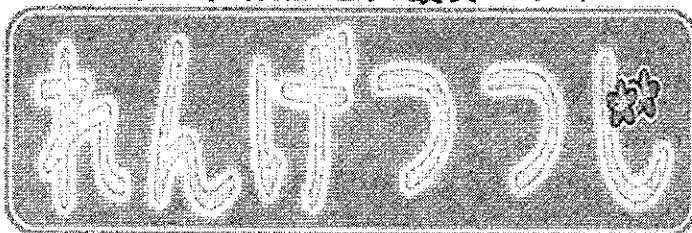




松本市社協生活支援員だより



【お問い合わせ】

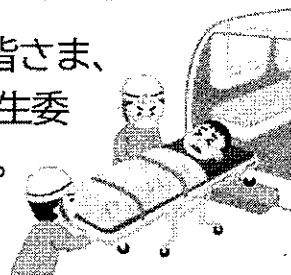
松原地区生活支援員 水崎
松原地区地域づくりセンター
(松原公民館) ☎57-2322
直通電話 070-8684-8039

〈発行〉社会福祉法人 松本市社会福祉協議会

〒390-0833 長野県松本市双葉4-16 松本市総合社会福祉センター ☎ 0263-27-3381 ☎ 0263-27-2239

急に家を空けるときどうしていますか？

お一人でお住まいの高齢の方、高齢のご夫婦でお住まいの皆さま、
義理や旅行、入院等で急に家を空けなくてはいけないとき、民生委
員さん、組長さん、ご近所さんなどに声掛けをされていますか。
地区の防犯の面からも、町会でお互いの見守りをしています。



急に家を空けなくてはいけない時、下記に添付した[留守メモ]
を使って、留守にすることを伝えましょう。予定が決まった時に知らせておけ
ば安心ですね。あなたを心配している人が近所にいます。



【留守メモ】記入の仕方

[留守メモ]にはメモを渡すお相手(ご近所や組長さんお友達など)のお名
前を書き、いつから出かけ、いつごろ戻るかを記入します。急用の時に連絡
が取れる電話番号と自分の名前を書きましょう。

【留守メモ】渡し方

[留守メモ]には個人情報に記載しているので、メモを渡すときは封筒に
入れるなどのご配慮をお願いします。

また、急ぎで封筒を相手先のポストに入れたり、ご家族に入れてもらうよう頼む時
は、相手先に前もって声掛けしておくことも必要ですね。



ご近所付き合いには、お互いに少しの気遣いが必要です。「なんだ話しておいてくれれば」と思うことも。
[留守メモ]が少しでも役立てばと地区生活支援員は思います。

このメモを渡す方のお名前を記入

様

留守メモ

しばらく家を留守にします。 日頃戻る予定です。

日程が分かっている場合は記入

急用の場合はこちらに連絡をお願いします。

自分の名前を記入

自分につながる電話番号を記入





松原地区福祉(社協)だより



介護予防講座

松原地区地域包括ケアシステム推進委員会では“介護予防講座”を以下のように実施致します。

9月から、松原・内田・寿・寿台合同の認知症カフェが始まりました。

そこで相談者の方から多くあがったのが



「家族が認知症になったのだけど、どこに相談したらいいのかわからなくて困った」



「認知症の家族について怒ってしまう。どうしたらいいのか?」

という声でした。それを受けて今回は下記の講演となります。

①講演：“認知症の初期症状、気がつくポイント”

講師：松本市立病院 名誉院長 中村 雅彦先生

②包括支援センターって一体何？何をするとところ？

説明：松本市南東部地域包括支援センター



日時：2月7日(土) 13:30～15:00

場所：松原地区公民館大会議室

もし、ご自分やご家族が認知症かな？と不安になっても、相談先や認知症の初期症状を知っておくことで、慌てずに対応する事ができます。申し込み不要、無料でどなたでも参加できますのでぜひこの機会にご参加ください。

ふれあい会食会

「第3回ふれあい会食会&第2ふれあい健康教室」を以下のように実施致します。

【日時】 2月18日(水) 11:30～14:00

【会場】 松原地区公民館大会議室

【対象】 65歳以上のひとり暮らしの高齢者 (希望者全員)

75歳以上の高齢者※

(※定員70名を超えた場合には抽選となります)

【内容】 ① 第2ふれあい健康教室 11:30～12:00

② 会食：お弁当 12:05～12:50

③ 演奏会：えもんかけ 13:00～14:00

【申込】 2月 3日(火)まで



地区生活支援員携帯：070-8684-8039又は 松原地区公民館：0263-57-2322

第2ふれあい健康教室、お食事、演奏を大勢で楽しみましょう！