

こんな症状 ある を 認知症 (59)

誰にも言えない
介護の悩みAIに
話してみませんか？

認知症家族の「なんで？」という気持ちの相談に、AIを活用してみませんか。AIはあなたのストレスの軽減や、やるせないモヤモヤした時の話し相手としての利用に最適です。スマホに入れるアプリなので、24時間対応です。ただし、具体的には、家族や地域包括支援センター等への相談をお勧めします。AIは完全ではありません。



〈アプリ〉ヨルニモ

介護者を支援するAIパートナー
アイコン対応

深夜でも早朝でも、あなたの声に応えます。孤独を感じる瞬間にも寄り添える安心感を届けます。介護職・医療・心理・福祉の専門家たちの知見と、実際に介護に携わる人たちの声をもとに設計。単なる情報提供ではなく、日々の小さな成功成長に向けた「リアルな困りごと」に沿ったアドバイスを受けられます。

〈のり一と〉予約はお電話で 0263-31-5315

予約時に伝えます

- ①予約番号と名前 ②乗る場所と降りる場所
- ③乗車日と時間 ④利用人数



スマホをもっと身近に！ スマミジコーナーです

今日は これは使える！
グーグルレンズ(翻訳)

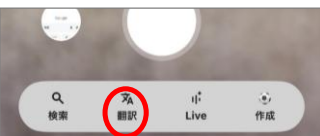
皆さんはスマホのグーグルレンズ、〈翻訳〉をためたことありますか？

英語にフランス語、中国語に韓国語、最近では輸入食材がスーパーの棚に並び、何が使われているのか、どんなものなのか、興味はあるけどよく分からず購入を断念してしまうことも。そんな時にこのグーグルレンズが役に立ちます。



英語→
←グーグルアプリの
中のカメラマーク押す

ハングル→



カメラの画面、下の部分↑の
〈翻訳〉を押す
日本語に翻訳され
画面に映ります→

スマホの分からないを「スマミジ手習い会」で解決
しよう。公民館で開催しています。9月28日9時～

情報 よせなべ



生活支援員の目線で、皆さんに知ってほしい松本市や社協、福祉ひろばや寿台町会連合会などの情報を、この頁にまとめ、ご紹介いたします。

【お問い合わせ】
地区生活支援員 水口
☎070-8684-8033

QRコードから詳しい
情報を取り込もう
かざして
ポンと押す
どれも
スマホのカメラ
で読み取れます



プラスチック資源
の出し方は、こちら
で確認願います

松本市双葉にある松本市社会福祉協議会、[ボランティアセンター]の一室で、月に1回抗がん剤治療を行う方に向けてタオル帽子を手作りしている皆さんがいらっやいます。

手作りタオル帽子の活動は、抗がん剤治療をおこなうお母さまの姿に心痛める一人の女性のつぶやきから始まりました。がん治療の主流である「抗がん剤」は、多くのがん患者さんの治療効果をあげていますが、抗がん剤の種類、投与の方法によっては、吐き気・虚脱感・「脱毛」の副作用が予想されます。

気がめいってしまいがちな治療や副作用ですが、たった一つのタオル帽子が、患者さんの心を癒し笑顔にしてくれます。患者さんの笑顔は、家族や周りの人々を癒し支えてくれます。目に見えないお互いの距離感流れる空気も自然と和らぎ前向きな気持ちにしてくれます。



そこで、寿台の皆さまにお願いです。タオル帽子を作るためのフェイスタオルが不足しております。できましたら何枚でもご寄付をお願いいたします。柄の物、名前入りでもどのような物でも構いません。ご家庭で眠っているタオルがありましたら、

[寿台福祉ひろば]もしくは[寿台地域づくりセンター(公民館)]までお持ちいただけますと幸いです。

また、サークル団体でまとめていただければ、受け取りにも伺います。タオル帽子を作り方を知りたい、作るのを協力したいという方。タオル帽子を希望する。等のお問い合わせは、
寿台地区生活支援員水口 ☎070-8684-8033までお願いします。



寿台地域づくりセンター
(寿台公民館)に地区担当保
健師が相談室を設けます。
健康の事などおたすねください。



バス料金 キャッシュレス

R9.4月より
福祉バスパス券
で乗る方、現金
払いが出来ません



公福通信や地区
の配布物をスマ
ホでご覧いただけ
ます



思い立ったら申し込み！ がん検診がスマホで申し込み出来ます

WEBで申込み 左斜めのQRコードを読み取り、スマホで簡単に申込できます

スマホ・パソコンから24時間予約OK!!
空き状況を確認しながら予約ができてとても便利です。



- 詳しい予約方法は市ホームページに掲載
- 受付時、確定時にメールが届く



健(検)診日の3日前に
リマインドメールが届きます。

松本市 けんしんナビ 検索、URL <https://www.aitel-reservation.jp/matsumotocity-nagano/>

おはなし畑「かたらい」

介護予防をテーマに、あなたの健やかな生活を応援した内容を ご用意しています。顔みしりの皆さんで楽しいひと時を過ごしましょう。申し込みをお願いします。

開催 9月7日(月) 10:30~11:45頃

会場 ふれあいセンター

大好評
ちいばっさんの
絵本の朗読

[講座] 美空ひばりと唄おう

-映像を見ながら懐メロと一緒に唄いましょう-

バランスの取れた高齢者向き弁当販売 価格400円
参加・弁当の注文は福祉ひろば ☎57-1160

次回開催日 10月5日(月) 申し込み 9/10より

次回内容 ゲームを楽しもう

地区の皆さま
に
お願いです

寿台地区では
皆さまに何かあったときの備え
の一つとして、笛の活用を声掛け
しています。
ご近所で笛の音が聞こえましたら、
助けを求めているサインか
もしれません。ご近所で声を掛け
合っていたいただければと思
います。



◎ 対応が困難な方 FAXにて対応します
● 南部保健センター 0263-3271346
● 寿台公民館 0263-8679644
※必ず住所氏名を記入して、何につけての相談
なのか、ご用件を記入して送ってください。

防災無線聞き逃したら
☎(0120)07-8686
(通話料無料)

休日夜間当番薬局
問い合わせ
☎0263-35-9392



長野救急安心センター ☎ #7119(大人) 重症の場合は、
#8000(小児) 迷わず ☎119

重症の場合は、
迷わず ☎119

当番医には必ず電話
をしてから行きま
しょう。
土曜日12:00-19:00
までの当番医は、
下記にお問い合わせ下さい
松本広域消防署
☎35-9111

日曜	9/ 13	20	21(月祝)	22(火祝)	23(水祝)	27	10/ 4
9>19	松岡小児科 ☎25-1619	しらゆり内科 ☎38-1671	前澤医院 ☎58-2432	塩ノ崎医院 ☎28-0880	しのぎ内科 ☎24-0570	平林内科 ☎85-3800	小口内科クリ ☎85-0770
19>23	平日・土曜・日曜 19時～23時は松本市小児科・内科夜間急病センター ☎38-0622 平日・土曜・休日の23時以降は松本広域消防署で確認 ☎35-9111						
23 翌9	小児科 まつもと医療 ☎58-4567	松本市立病院 ☎92-3027	相澤病院 0570-03-3600	まつもと医療 ☎58-4567	松本市立病院 ☎92-3027	まつもと医療 ☎58-4567	まつもと医療 ☎58-4567
	内科 相澤病院 0570-03-3600	まつもと医療 ☎58-4567	相澤病院 0570-03-3600	丸の内病院 ☎28-3003	相澤病院 0570-03-3600	まつもと医療 ☎58-4567	まつもと医療 ☎58-4567

公民館・体育館
施設予約、空き
状況の確認は
こちらから
どうぞ

