

第三地区生活支援員だより

NO.14 (不定期発行)



あがたろう

こんにちは！地区生活支援員の三澤です。
日が落ちるのが早くなり、秋から冬への季節の変化を感じるようになりました。
気温に合わせて衣服の調整を行って、体調管理に気を付けてください。



コロんちゃん

第4水曜日にひろばに在所しています。

福祉ひろば



話をしたいことがあっても無くても、気軽にお越しく下さい。地域の方と色々お話が出来たらいいなと思っています。

午前中は…「笑って楽しく認知予防」
音楽に合わせて体操をしたり、クイズで脳をリフレッシュしましょう♪



午後は…「リハビリトレーナーによる体操教室」

11月22日(水)14:30~15:30

あと2回!?

12月13日(水)14:30~15:30

この機会にぜひ!!

申込不要、各自タオル&水分を持参してください。

お問合せ・連絡先 第三地区生活支援員 三澤

☎070-8684-8020 または ☎36-7040 (地域づくりセンター)



裏面もご覧ください



全戸配布

松本市社協地区生活支援員より



〈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
☎ 0263-27-2000 ㊟ 0263-27-2230
松本市地区生活支援員
活動紹介動画配信中→



松本市の便利なサービス、ご存じですか？

住み慣れたところで、安心していきいきとした生活をしていくために、松本市では要介護認定の有無に関わらず、日常で利用できる様々なサービスがあります。



お弁当を配達して欲しい

訪問給食サービス

対象：おおむね65才以上の方
障がい者のみの世帯の方

利用回数：昼食 週2回

料金：400円/食



緊急時の備えをして安心したい

緊急通報装置の設置（月額600円）

救急医療情報キット支給（無料）

避難行動要支援者名簿登録

詳細：市役所福祉政策課 ☎34-3227



草取り、軽度作業を手伝って欲しい

軽度生活援助事業（無料）

対象：65才以上の一人暮らしや
高齢者世帯の方

利用回数：月1回 1時間



外出時の移動で利用できるサービスを知りたい

福祉100円バス乗車パス券

対象：70歳以上の方

障がい者手帳をお持ちの方

難病の方

お金の管理や契約に
自信がなくなってきた

成年後見制度

日常生活自立支援

詳細：松本市社会福祉協議会 ☎25-7311



公衆浴場をお得に利用できるサービスは？

福祉入浴券の交付

★市指定の施設利用助成券を交付します。

対象：70歳以上(4月1日現在)の方

利用料：1人年間30枚 1回100円

【お問い合わせ】市役所 高齢福祉課 ☎34-3492、34-3214 西部福祉課 ☎92-3002



「話相手がほしい」

「人と交流をもちたい」

仲間・健康・生きがいづくりのきっかけ

★福祉ひろば（ふれあい健康教室：月1回
ひろば各種教室：通年）

★公民館（学びの場） など



他にも外出時の移動で利用できるサービスがあります

★福祉車両、車いすの貸出
利用料：無料

※燃料費、駐車場代、有料道路代等
はご負担いただきます。

※対象者等、詳細はお問い合わせください。
【松本市社会福祉協議会 ☎27-2000】

裏面もご覧ください