

サークル 丘の上

2016年4月第33号

編集・発行 /

町田市堺第2高齢者支援センター

〒194-0215 町田市小山ヶ丘1-2-9

TEL042-797-0200

FAX042-797-1880

＊堺第2高齢者支援センター職員紹介＊

4月より4名の職員が加わり全員で7名になりました。今年度もよろしくお願ひ致します。



渡邊センター長
(主任ケアマネジャー)



柳原
地域介護予防推進員
(看護師)



井上
(ケアマネジャー)



高橋
(主任ケアマネジャー)



鈴木
(看護師)



松室
地域生活支援コーディネーター
(社会福祉士)



鈴木
(社会福祉士)

堺第2高齢者支援センター 所在地



～担当エリア～

小山町 小山ヶ丘 上小山田町



高齢者支援センターは町田市が委託している公的機関であり主任ケアマネジャー・看護師・社会福祉士・ケアマネジャー等の専門職を配置しています。

ロコモ予防！歩く力測定会

講師：倉地 洋輔先生

(からだ工房 理学療法士)

内容

体力測定・体操

ロコモって？

骨や関節、筋肉などが衰え、介護が必要となったり、そうなる可能性が高いこと。



日時：平成28年5月17日(火)
10:00～12:00(受付9:30～)
会場：小山市民センター 1Fホール
定員：20名 (参加費無料)
対象：町田市内在住のおおむね65歳以上の方
持ち物：飲み物・筆記用具・上履き・あれば介護予防手帳

申し込み先
町田市堺第2高齢者支援センター
電話番号：042-797-0200

脳力アップ体操教室

認知症予防、取り組んでいますか？



運動と脳トレを組み合わせた体操を経験し、楽しく鍛えていきましょう♪

教室が終わってからも、グループで続けていくことを目指しています！

日時：平成28年4月7日(木)～6月30日(木)
毎週木曜 全12回(5月5日は除く)
会場：上小山田コミュニティセンター 会議室
対象：おおむね65歳以上の方
(上小山田にお住まいの方優先)
参加費：360円 (保険料のみ)
持ち物：筆記用具・上履き・飲み物

申し込み先
町田市堺第2高齢者支援センター
電話番号：042-797-0200

活 動 報 告



小山市民センター祭り 3月5日(土)・6日(日)
今年も地域のお祭りに参加させていただきました！
「血管年齢測定」のブースを設置させて頂き、2日間で396名の方にお越しいただきました。
皆様、ありがとうございました！

家族介護者教室 3月13日(日)

特別養護老人ホーム 美郷デイフロアにて「尿もれケアQ&A」講座を開催しました。
35名の方に参加していただきました。
尿漏れの仕組やケア用品の実演など、興味深い内容で大好評でした。



❀ 春の交通安全 ❀

高齢者の事故が多発しています。
夜間の外出、自動車・自転車の運転には注意が必要です。
交通ルールを守って、安全に外出しましょう。



運転免許証の自主返納について

運転免許の有効期間内に自主的に免許を返納した方は「運転経歴証明書」を申請することができます。(ご本人申請のみ)
「運転経歴証明書」は身分証明証として使うことができます。形も免許証と同じです。

**何か起きる前に
自分の身は自分で守ろう！**



夕方や夜間の外出は反射材を身につけて！

南大沢警察から地域の皆様へ

詐欺犯人に狙われています！

平成28年2月29日現在 振り込め詐欺

発生件数 **7件** 被害総額 約**2,803万円**

警察です。
あなたの口座が犯罪に
使われています

あ、お母さん？
携帯電話の番号が
変わったよ

大変！すぐにカードを
止めなくちゃ...

確かに息子の声だわ...

警察官・銀行員を名乗っても...
キャッシュカードは**絶対**
他人に**渡さない**

犯人は
警察・銀行・役所・
高齢者支援センター
などを名乗っています。

息子や孫の名前を名乗っても...
登録する前に
元の電話番号に**掛け直す**

「母さん助けて」詐欺に騙されないで！！

「母さん助けて！」と言われたら慌ててしまうものです。焦らず、まずは息子さんに確認してください。

お金を請求する電話は100%嘘です！

このような電話を受けたらすぐに**110番**！

編集後記

新年度がスタートいたしました。寒さも和らぎ、春らしい日差しが心地よく感じられるようになりましたね。

堺第2高齢者支援センターでは、日置前センター長が退職し渡邊がセンター長となりました。新入職員が4名入り全員で7名の大所帯となりました。女性だけとなりましたが、華やかな雰囲気でも頑張っておりますので、今後も宜しくお願い致します。

お気づきの事がございましたら、何なりとご連絡くださいませ。(渡邊)