

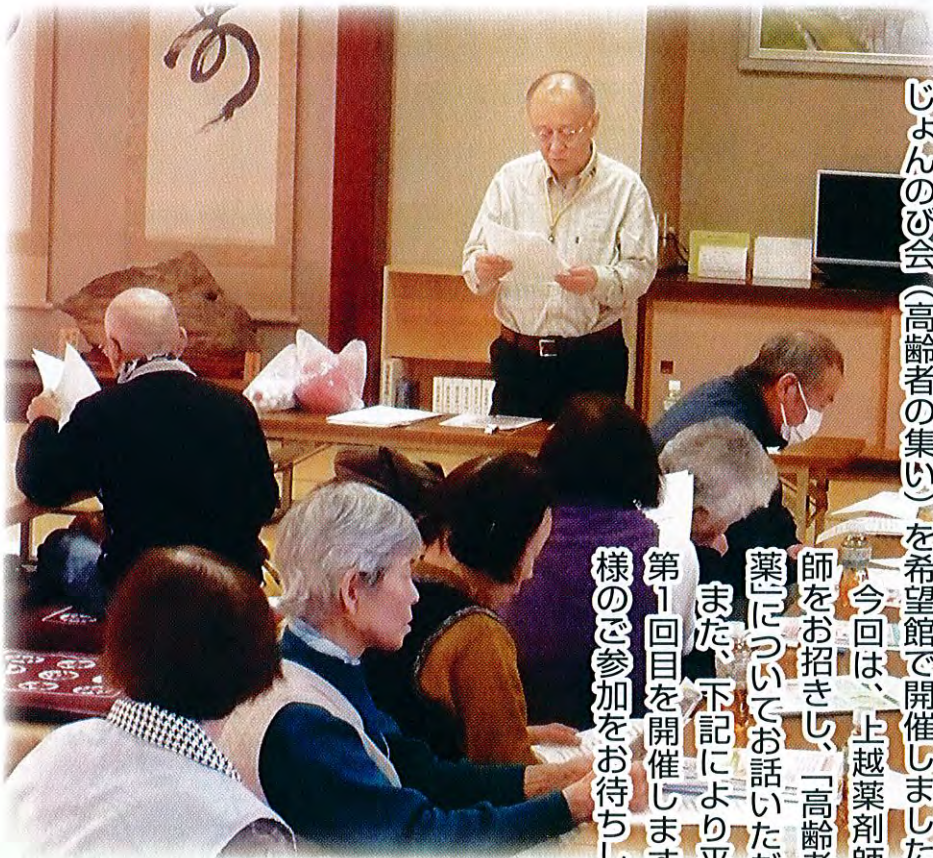


# 頸城支所だより

平成26年6月1日発行

赤い羽根共同募金配分事業

## 高齢者の集い じよんのび会を開催しました



2月26日(水)、ひとり暮らし高齢者、高齢者世帯の皆さんや、日中高齢者のみでお過ごしの方を対象に、平成25年度第3回「じよんのび会(高齢者の集い)」を希望館で開催しました。

今回は、上越薬剤師会より講師をお招きし、「高齢者の病気と薬」についてお話いただきました。また、下記により平成26年度第1回目を開催しますので、皆様のご参加をお待ちしています。

26.2.26 開催の講話「高齢者の病気と薬」について  
(講師 上越薬剤師会 安江調剤薬局 上野 憲夫さん)

### 第1回 じよんのび会

- \* 期 日：平成26年7月2日(水) 午前11時から午後2時
- \* 場 所：希望館 無憂の間 参加費：1,000円
- \* 内 容：レクリエーションと健康についてのお話
- \* 申 込 先：上越市社会福祉協議会頸城支所 ☎ 530-4361  
頸城地域包括支援センター ☎ 530-3801
- \* 申込締切：6月20日(金)まで
- \* そ の 他：送迎を希望される方は、申込時にご相談ください。



# 頸城支所の主な地域福祉事業

～共に生き共につくる福祉社会を目指して～

## ふれあい 支え合いマップ

上越市社会福祉協議会では、いつまでも住み慣れた地域で、安心して生活ができるよう、話し合うきっかけづくりとしてマップづくりのお手伝いをしています。

平成25年度は、花ケ崎町内会と松橋町内会で、ふれあい支えあいマップを作成しました。

説明にお伺いいたしますので、お気軽にご相談ください。



松橋町内会の作成風景



## 高齢者健康事業

パワーリハビリ「あおぞら」

地域の皆さんに広く介護予防の大切さを知っていただくために、毎週日曜日にパワーリハビリテーションを地域へ開放しています。

マシンを使って気持ちよく身体を動かしてみませんか。どなたでも無理なくできるトレーニングです。

この機会に、実際に体験してみませんか。毎週日曜日午前中のみ、参加費一回六〇〇円です。

詳しいことは、頸城支所へ問い合わせください。



器械7台設置してあります



## ボランティア研修会

地域でボランティア活動をしている方や、興味や関心をお持ちの皆さんを対象に研修会を行います。



H26.3.20 開催の運動遊びを通じた研修会の様子

## その他の地域福祉事業

- 介護保険事業
- 広報発行
- 住民懇談会
- 在宅ボランティアサービス
- ひとり暮らし等高齢者会食会
- 福祉協力校育成・支援事業
- お達者クラブ
- ボランティア研修会
- 障害者交流事業
- 各種団体事務局 等

### お問合せ先

上越市社会福祉協議会 頸城支所

電話 530・4361

# 頸城支所管内の介護保険事業所

～いつまでも住み慣れた地域で心豊かな健やかで生きがいのある生活を～

## ■ 頸城居宅介護支援事業所

頸城区百間町615-2 TEL 520-9700  
【土・日曜日・祝日休み】

## ■ 頸城地域包括支援センター

頸城区百間町615-2 TEL 530-3801  
【土・日曜日・祝日休み】

## ■ ヘルパーステーション上越北

頸城区百間町615-2 TEL 530-4361  
【年中無休】

## ■ ヘルパーステーション上越北頸城サテライト

頸城区上吉194-1 TEL 546-5111  
【年中無休】

## ■ デイサービスセンターはながさの里

頸城区花ヶ崎1165 TEL 530-3930  
【日曜日休み】

## ■ デイサービスセンター無憂の里

頸城区百間町615-2 TEL 530-3865  
【日曜日休み】

## ■ くびきの里デイサービスセンター

頸城区上吉194-1 TEL 546-5112  
【年中無休】

## ■ くびきの里ショートステイ

頸城区上吉194-1 TEL 546-5113  
【年中無休】



## 福祉講演会を開催します！！

- \* と き：平成26年8月31日(日) 午後1時30分より
- \* ところ：希望館 2階 第2会議室
- \* 講 師：独立行政法人 国立精神・神経医療研究センター病院長  
東京医科歯科大学大学院特任教授 医学博士 水澤 英洋 様  
(頸城区手島出身)
- \* 内 容：講演のテーマ「認知症について」

入場は無料です。どなたでも参加できます。  
詳細については、後日チラシでお知らせします。



無料相談

# 法律相談会を開催します

高齢者やその家族が抱える悩みごとや問題のうち、専門的な法律の知識を要するものについて、弁護士がお答えします。

次のとおり、弁護士による無料相談会を実施します。  
お気軽にご相談ください。

(お一人様30分以内で、事前に申し込みが必要です。)

**相談日時** 平成26年 **6月26日** **木** 午前10時から12時まで

**場所** **上越市社会福祉協議会頸城支所**  
デイサービスセンター無憂の里2階

**申込先** **上越市社会福祉協議会頸城支所**  
☎ 025 (530) 4361

**申込締切** 平成26年6月16日(月)まで  
ただし、定員(4名)になり次第、締め切ります。



## ふれあいランチサービス

ご利用ください!

ひとり暮らし高齢者の方や高齢者世帯などの自宅に、バランスのとれたお弁当(昼食)を宅配します。栄養が偏りがちになる食生活の改善と安否の確認を行うことにより、健康で自立した生活を送ることができるよう支援します。(平成25年度・23人利用)



### ある日のメニュー

- ビースご飯 ● すき焼き風煮
- 里芋の炒め物
- さつま揚げとふきの金平
- 青菜の白和え
- 漬物 ● 果物

- \* 対象者 65歳以上のひとり暮らしの方、高齢者世帯など
- \* 料金 1食 400円 (おかずのみ 300円)
- \* 利用日 月～金曜日の希望日(祝日、12/31～1/3休み)
- \* 問合せ 頸城地域包括支援センター (☎ 530-3801)  
上越市社会福祉協議会頸城支所 (☎ 530-4361)

