

地域包括支援センター

地域包括支援センターができて2カ月がたちました。今回は、皆さんから寄せられた質問についてお答えします。

問合せ 地域包括支援センター
電話0558-76-8010

ご利用
ください

やすらぎの家 巡回マイクロバス

月曜日 (エメラルド東口バス停前～やすらぎの家)

停車場所	行き	帰り
エメラルド東口バス停前	9:30	
エメラルドタウン管理事務所前	9:40	
富士見ニュータウン2期売店前	9:45	
富士見ニュータウン管理事務所前	9:48	
多田公民館	10:01	
生涯学習センター	10:06	
長崎区公民館	10:10	
原木公民館	10:17	
やすらぎの家	10:30	15:00

金曜日 (神田酒店前～やすらぎの家)

停車場所	行き	帰り
神田酒店前	10:00	
和田島公民館入口バス停前	10:03	
松並公民館前	10:05	
江川邸駐車場	10:08	
山木産業会館	10:10	
葦山福祉保健センター	10:14	
四日町公民館	10:17	
伊豆長岡駅	10:23	
やすらぎの家	10:30	15:00

交通事情等により多少通過時間がずれますので、停車場所で早めにお待ちください。
帰りは15:00にやすらぎの家を出発し、降車する人がいる停車場所にのみ止まります。

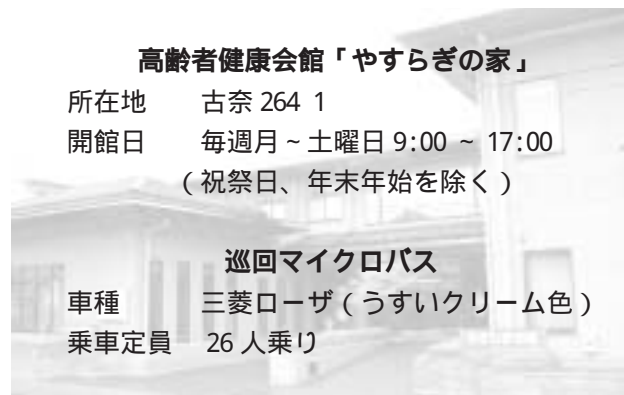
高齢者のためのレクリエーション施設「高齢者健康会館やすらぎの家」では、葦山地区の高齢者も施設を利用できるよう週3回(月、水、金)の巡回マイクロバスを運行しています。

やすらぎの家には温泉浴場、休憩室や談話室などがあり、60歳以上の市民にご利用いただいています。

みなさん、お誘い合わせのうえご来館ください。

水曜日 (女塚公園駐車場手前自販機前～やすらぎの家)

停車場所	行き	帰り
女塚公園駐車場手前自販機前	9:45	
高原公民館	9:50	
鳴滝バス停前	10:00	
立花台南條口第二看板間前	10:06	
坂本バス停前	10:18	
寺家公民館	10:16	
中条公民館	10:20	
やすらぎの家	10:30	15:00



高齢者健康会館「やすらぎの家」
所在地 古奈 264 1
開館日 毎週月～土曜日 9:00～17:00
(祝祭日、年末年始を除く)

巡回マイクロバス
車種 三菱ローザ(うすいクリーム色)
乗車定員 26人乗り

問合せ 高齢者支援課 電話 0558 76 8011
やすらぎの家 電話 055 948 5701

農薬を散布する人は...

- ・農薬は適正に使用・処理・保管しましょう。
- ・最小限の量と区域で行い、周囲に影響を与えないようにしましょう。

住宅地周辺で農薬使用する人は...

- ・被害部分のせん定など、農薬を使用しない方法を検討し、やむを得ず農薬を使用するときも、誘殺・塗布など、散布以外の方法で行いましょう。

問合せ 農業振興課 電話 055 948 1481

全を確保しましょう。農薬の散布者自身の安全を確保しましょう。

農薬危険防止運動中!

6月1日(木)～30日(金)

Q 基本健診(伊豆の国市健康診査)のお知らせに「65歳以上の人は介護予防検査が追加になった」とありましたが、これはどんなものですか?

基本健診を受けると介護予防できるのですか?

A 今年から65歳以上の人を対象に、基本健診時に「生活機能評価」を行います。これは、医師の診察・問診と質問票に回答するものです。

これにより、今まで気づけなかった問題点を知ることができ、**危険な老化のサインを早期発見**できるようになります。

介護予防の基本健診では、転倒や低栄養、閉じこもり、うつ、認知症などをチェックします。必要に応じて、地域包括支援センターでご本人にあった**介護予防プログラム**を作成します。

Q 「閉じこもり」ってなんですか?

A 寝たきりなどではないにもかかわらず、家からほとんど外出せずに過ごしている状態のことです。週に1回も外出をしない人は「閉じこもり」と言えます。なかには、週3回外出しないと閉じこもりだという先生もいるくらいです。

閉じこもり自体は病気ではありませんが、そのような生活が身体機能を低下させる原因になります。閉じこもりからくる**生活不活発病(高齢による衰弱、転倒、骨折など)**を防ぐために閉じこもりを解消しましょう。

Q 近所に一人暮らしの高齢者がいますが、最近姿を見ていないので心配です。どこに連絡したらいいのでしょうか?

A こんなときは、地域包括支援センターにご連絡ください。

地域包括支援センターでは、原則65歳以上の人の介護に関する相談や悩み、それ以外にも健康や福祉、医療や生活に関するどのようなことでも対応します。

地域包括支援センターは、市内にお住まいの**高齢者の生活を支える総合相談機関**です。お気軽にご利用ください。

最近の研究から、高齢になっても心身を鍛え、使い続ければ向上することがわかっています。逆に、体も頭も使わなければどんどん衰えてしまいます。いつまでもいきいきと自分の望む生活ができるよう、地域包括支援センターを活用して、介護予防に取り組んでいきましょう。

