



西区包括広報紙

包括レンジャー

令和6年8月
NO.179

8月号

高齢者の総合窓口 西区地域包括支援センター

電話 06-6539-8075



お知らせ

「選択型運動教室」体験デー!!

介護予防教室（選択型通所サービス）とは、短期間で集中して、体力・筋力低下の予防や不安定な動きの改善、身体機能の維持、向上を図る等のトレーニングを行う介護保険サービスの一つです。機能訓練指導員によるその方の状態にあった個別指導が受けられます。

○週1回90分・合計14回まで利用ができ、1回あたり474円（介護保険1割負担の場合）

○対象者：要支援1・2の方、事業対象者（チェックリスト該当者）

日時：令和6年8月20日（火）午前10時～11時30分

場所：西区社会福祉協議会 第1会議室

内容：マシンを使った運動、簡単な運動

対象：市内在住の65歳以上の方 先着20名【無料】

申込：西区社会福祉協議会 介護予防担当（TEL 06-6539-8075）

体験してみませんか



《オレンジチームとは、認知症の方の支援に特化した包括のチームです》



オレンジコーナー

＜知っていますか？認知症の新しいお薬＞



認知症の治療薬としてレカナマブという新しいお薬が出ています。

アルツハイマー型認知症では、脳内にアミロイドβという脳のゴミが溜まるとどんどん進行していきます。

MC1と呼ばれる軽度認知障害の状態と、アルツハイマー型認知症の軽度の方を対象に新しいお薬は認知症の進行が抑制される効果が期待されています。

初期の方のみの使用であることから早めの医療機関への相談がとても大切になってきます！

早期発見・早期診断のためのお手伝いをオレンジチームでもさせていただきますので、ぜひご相談下さい。

西区オレンジチーム 直通電話：06-6539-8248

月～土 午前9時～午後5時 日・祝・年末年始は休み



包括出張場所の案内

包括支援センターの職員がお伺いし、
高齢者に関するご相談を受け付けます。

正福寺カフェ シャラナム	8月6日(火) 第1火曜日 午後2時～4時	正福寺(立売堀4-6-16) どなたでも 少人数でほっこりおしゃべり	<u>参加費 100円</u>
川口ほっこりサロン	8月16日(金) 第3金曜日 午後1時30分～3時	川口基督教会(川口1-3-8 礼拝堂となり3階) 体操 *水分補給のための飲み物は各自持参	
立ち寄り処 仁生会 内藤病院	8月20日(火) 第3火曜日 午後1時30分～2時30分	内藤病院居宅介護支援事業所(ナインモール内) 茶話会、体操、健康講座	<u>参加費 100円</u>
立ち寄り処 ちよちゃん	8月22日(木) 第4木曜日 午後1時30分～2時30分	千代崎会館(千代崎2-16-25) どなたでも 健康体操、脳トレ、茶話会	
喜楽な茶話会 (一人暮らし高齢者の会)	日時の詳細は包括にお問合せ ください	江戸堀連合会館(江戸堀3-8-1)1階 気楽な雑談、茶話会	<u>参加費 100円</u>

※「お茶や」「ひまわりてらカフェ」はお休みです。内容や時間が変更になる場合があります。



脳トレ

難読漢字(魚偏)いくつ読めますか？

- ① 鰻 ② 鯉 ③ 鰯 ④ 鰈 ⑤ 鯖 ⑥ 鮠 ⑦ 鱒 ⑧ 鯰

【ヒント】

- ①国産は高級 ②タタキなどにして食べる
③「弱い」イメージ? ④「葉」をイメージ?
⑤「青魚」といえば ⑥出世魚で最後の名称
⑦川魚で「ベニ」「ニジ」などの種類あり ⑧地震と関係あり?



※脳トレ前号(7月号)の答え ① 軒端 ② 砂子 ③ 短冊 ④ 空

社会福祉法人大阪市西区社会福祉協議会 西区地域包括支援センター

大阪市西区新町4-5-14 西区役所6階

電話:06-6539-8075 FAX:06-6539-8073

Email : nishishakyo@ piano. ocn. ne. jp 件名「包括支援センターへ相談」と入力ください。

月～金:午前9時～午後7時 土曜日:午前9時～午後5時 日・祝・年末年始休み

包括レンジャーは西区内外約200か所で設置・掲示・配布しています。大阪市西区社会福祉協議会のホームページでもご覧いただけます。

包括レンジャーの配布にご協力いただける方を募集中!!

包括(☎06-6539-8075)までご連絡ください。