



西区包括広報紙

包括レンジャー

令和5年9月
NO.168

9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

大阪市家族介護支援事業 <<人体模型>>

見て！触って！学ぶ体験型学習

人生100年と言われる時代 いつまでも元気で自分らしく生活するために、今一度ご自身やご家族のために体のしくみを知り、病気に関する知識や悪化の防止、そして「体の使い方」を学んでみませんか。

○開催日時

第1回 内臓編 令和5年10月18日(水) 両日とも午後2時～3時30分

第2回 骨格編 令和5年10月26日(木) (1時30分～受付開始)

※連続講座になりますが、1回のみの参加も可。

○講師 住まいと介護研究所所長 理学療法士 谷口昌宏氏

○場所 ハウスビルシステム西区民センター ホール(西区北堀江4-2-7)

○対象 西区在住の方(定員各30名 先着順)

○申込・問合せ先 西区地域包括支援センター

電話 06-6539-8075

9月1日
受付開始



「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。毎月情報提供しています。」



オレンジコーナー

アルツハイマー月間について

～9月は、アルツハイマー月間～

国際アルツハイマー病協会は9月21日をアルツハイマーデーとし、毎年9月を「アルツハイマー月間」として定め、世界中で啓発活動が行われています。

西区でも認知症に関する展示を下記にて行います。

場所：大阪市立中央図書館 2階(エレベーター前)

期間：8月18日(金)～11月15日(水)

認知症と一緒に乗り越えていく、人生をよりよく生きる時間のヒント！が見つかるかもしれません。是非、お立ち寄りください。



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	9月5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	9月15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	9月19日（火）第3火曜日 午後1時30分～2時30分	すみれ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>
お茶や	9月20日（水）第3水曜日 午前10時～11時30分	お茶の辻重庵（南堀江 4-24-6） どなたでも おしゃべり、お茶 <u>参加費 無料</u>
立ち寄り処 ちよちゃん	9月28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 2-16-15） どなたでも 健康体操、脳トレ、茶話会 <u>参加費 無料</u>
ひまわりてらカフェ	9月26日（火）最終火曜日 午後1時30分～3時	勝光寺（九条 3-18-20） どなたでも 体操、情報提供 <u>参加費 100 円</u>
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>

○内容や時間の変更、中止になる場合があります。



脳トレ

今月は『ことわざ』です

♪下線部に言葉を当てはめて、完成させましょう♪

- | | |
|--------------|-------------------|
| ① _____で鯛を釣る | ② _____に金棒 |
| ③ 女心と_____の空 | ④ 火中の_____を拾う |
| ⑤ _____は寝て待て | ⑥ 可愛い子には_____をさせよ |

〈選択肢〉 鬼 果報 海老 栗 旅 秋

※脳トレ前号（8月号）の答え ①一雨 ②一石橋 ③一三年 ④一一矢 ⑤一犬 ⑥一身

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。