

# 介護予防だより

## 家族介護教室のお知らせ

昨年は栄養のバランスについて学びました。今回は、フレイル(虚弱)とサルコペニア(筋肉減少症)にならないように、栄養と運動を生活の中で上手に取り入れて行く方法についてのお話です。

### 「ご存知ですか?フレイルとサルコペニア」

～元気で長生きできる期間(健康寿命)を伸ばしましょう～

【日 程】 平成30年7月7日(土)午後1時30分～ 3時

【講 師】 浮海 留美子 氏 (株式会社 クリニコ 管理栄養士)

【場 所】 知立老人保健施設(知立市新林町北林44番地)

【対象者】 知立市在住の方で、高齢者を介護している方、近隣の援護者、介護に関心のある方、またはテーマに関心のある方

【参加費】 無料

【定 員】 30名

【申込み・問合せ】 知立市在宅介護支援センター  
知立市新林町北林44番地  
電話 81-8880 <担当>川瀬



### 認知症初期集中支援チームのご案内

認知症は早期発見・早期対応が重要です。「治療を中断している」「病院受診ができない」など、認知症に関する困りごとについてご相談下さい。

【対 象】 知立市民 【費 用】 無料

【相談日時】 月曜日～金曜日(祝日・年末年始を除く)  
午前8時30分～午後5時15分

【場 所】 知立市社会福祉協議会  
(知立市八ツ田町泉43番地)  
電話 82-8855

### ひまわりカフェ開催中

(認知症カフェ+認知症の家族を支える会)

【開催日】 平成30年6月15日(金) 毎月第3金曜日開催

【場 所】 メープルけやき(知立市福祉の里八ツ田隣)

【時 間】 午前10時30分～午後3時

【参加費】 200円(お菓子と飲み物付き)

\*申込みは不要ですので、お気軽にご参加ください。

電話：82-8855 <担当>長岡・大場・岩間・加藤

# 刈谷医師会認知症市民フォーラム

## ～地域で支える認知症～ 高齢者の自動車運転と認知症

【日時】 2018年7月1日(日) 開演14:00～終演16:00

【場所】 刈谷市総合文化センター アイリス 2階大ホール  
愛知県刈谷市若松町2-104

【定員】 1000名(入場無料)

\*予約不要

\*もの忘れ・認知症について知りたい人、ご心配な人、どなたでもお気軽にご参加下さい

【講演】 14:10～15:10

### 運転免許と認知症を考える

1「警察の立場から」 刈谷警察署 交通課 山崎 良夫氏

2「本人・家族の立場から」 認知症と家族の会 愛知県支部 尾之内 直美氏

【休憩】 フリフリグッパ体操 15:10～15:20

## 認知症サポーター養成講座 15:20～15:50

あなたも認知症サポーターになりませんか

刈谷医師会 半城土とみやすクリニック 院長 富安 斉氏

※認知症サポーター養成講座を受講していただくと、オレンジリングを差し上げます。  
オレンジリングとは・・・認知症を正しく理解し、認知症の人や家族を温かく見守って支援する応援者(認知症サポーター)の目印となるオレンジ色のブレスレット

【問合せ】 刈谷医師会 電話0566-22-1622(9:00～17:30土、日除く)

共催：刈谷医師会/エーザイ株式会社

後援：刈谷市/知立市/高浜市

刈谷市社会福祉協議会/知立市社会福祉協議会/高浜市社会福祉協議会



福祉・介護に関するご相談は、お気軽に下記へどうぞ



知立市地域包括支援センター

【ハツ田町泉43】 82-8855

ヴィラトピア知立在宅介護支援センター

【山屋敷町富士塚1-336】 83-2022

知立市在宅介護支援センター(知立老人保健施設内)

【新林町北林44】 81-8880

在宅介護支援センターほほえみの里

【昭和2-4-3】 85-2532