

Nice to meet you!

地域包括支援センター

保見の里

季刊誌

2024 秋号

新入職職員紹介



あおき わかな
青木 若歩

趣味は旅行です



9月から保健師として
配属となりました。
地域の方のお力になれるよう
頑張ります。
よろしくお願いします。

主な活動内容

* 認知症予防教室 *

認知症を予防するための
体操や健康管理について
紹介する取り組みを行っ
ています

* 総合相談業務 *

高齢者の方の相談窓口
です。お困り事があれば
お気軽にご連絡ください

* 認知症サポーター 養成講座 *

認知症について理解し、
地域で認知症の方の支援
を行う認知症サポーター
養成講座を行っています

* 権利擁護 *

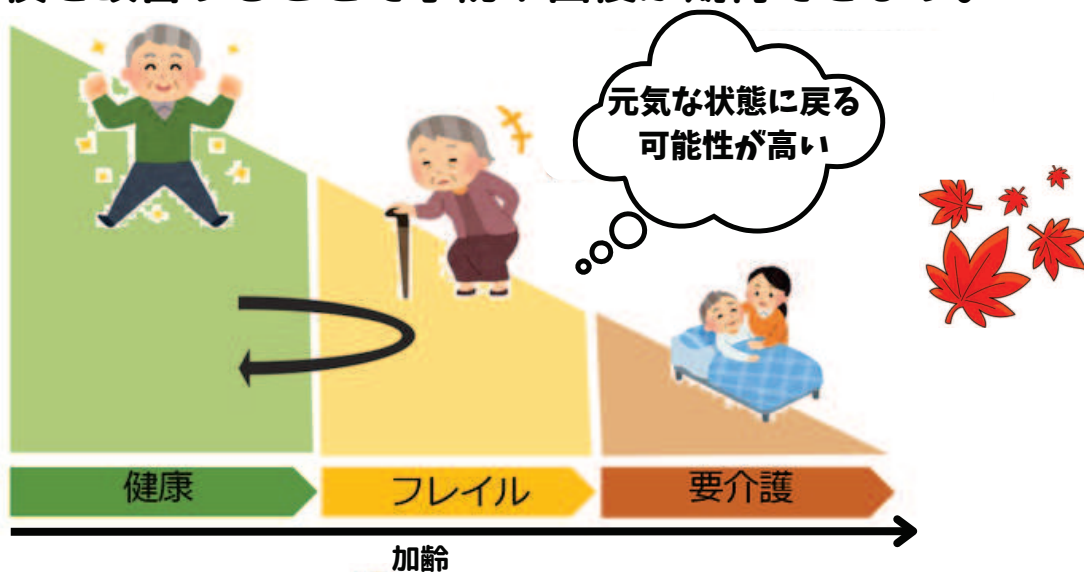
悪質な訪問販売や虐待等、
高齢者の方の権利を守るた
めの業務を行っています

その他にも介護保険の代理申請や出張相談など様々な業務を
行っています。お気軽にご相談ください

フレイル予防について

フレイルとは・・・

体力や気力、認知機能が低下した状態をいいます。早めに対策を行い生活習慣を改善することで予防や回復が期待できます。



フレイル予防には3つの要素が大切です！

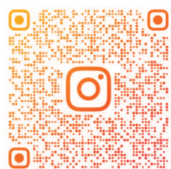
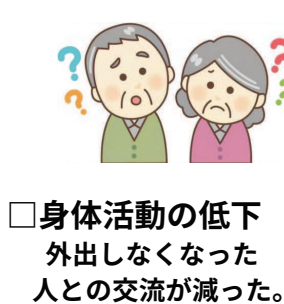


やってみよう！



□フレイルセルフチェック

1つでも当てはまれば予防に努めましょう



@DAI2TOYOTA.HOMI_DOJEN

インスタグラムで活動内容の紹介等しています。

地域包括支援センター保見の里

住所：保見町南山109-1 ☎：0565-48-3004

(特別養護老人ホーム保見の里内) (受付時間：9:00～17:30)