



高齢者の応援団

地域包括支援センター



高齢者の方が『元気で、快適に、自宅で安心して』生活できるよう私たちがお手伝いします！

☆地域包括支援センターって？☆

地域で支えます
ケアマネジャー・民生委員・警察・病院などと協力して高齢者を支援

自立してイキイキ・ハツラツ生活
介護予防活動、介護保険の要支援の方の担当など

権利を守ります
高齢者の消費者被害・成年後見制度の相談など

まずは相談
各種高齢者福祉サービスの相談・代行申請、家族(介護者)への支援など

高齢者に関する、どんなささいな悩みでも、相談してください！あなたの生活を応援するセンターです！

ほっと♥介護教室

下野市在住で、テーマに興味のある方を対象に「ほっと♥介護教室」を、各地区で開催しています。

※ほっと♥介護教室の開催時間はいずれも午前10時～正午です。

とき	内容	場所	とき	内容	場所
5月20日(水)	お口の寝たきりにご用心	ゆうゆう館	9月	こんな時どうしますか？ ～認知症の私の気持ちをわかって～	特別養護老人ホーム
6月12日(金)	消費者被害110番 ～だいじけ？サギにあってねえけ？～	グリーンタウンコミュニティセンター	11月	高齢者の「やりたい」を守りたい ～オレの権利、勉強してみっか！～	下野市内
7月15日(水)	介護されるってどんな感じ？	きらら館	1月	医食同源 ～元気になる食材を食べよう～	きらら館

家族介護者交流会

市では日ごろ、介護に携わっている方(現在介護している、もしくは介護を終えて1年以内)を対象に、リフレッシュや交流・情報交換のための、家族介護者交流会を開催しています。介護者同士、同じ体験をしているからこそ分かってもらえます！お誘い合わせのうえ、ふるってご参加ください！

家族介護者交流会は、6月以降の開催時間は未定です。

とき	内容	場所	申込み	とき	内容	場所	申込み
4月21日(火) 午前10時～正午	交流会(ヨガ)	南河内東公民館	4月17日(金) 締切	11月	交流会	石橋地区	未定
5月19日(火) 午前11時30分～午後1時	交流会(食事)	南河内地区	5月14日(木) 締切	12月	交流会	ゆうゆう館	未定
6月24日(水) (時間未定)	交流会	ゆうゆう館	未定	2月	交流会	グリムの館	未定
8月	交流会	石橋地区	未定	3月	交流会	国分寺地区	未定
10月	交流会	南河内公民館	未定				

今後の教室、交流会については日時・内容等が変更になる場合があります。詳細は随時お知らせします。また、費用の一部を自己負担していただく場合がありますので、ご了承ください。

問い合わせ・ご相談

地域包括支援センターいしばし 51-0633 (石橋地区)
地域包括支援センターこくぶんじ 43-1229 (国分寺地区)
地域包括支援センターみなみかわち 47-2771 (南河内地区)

