

# 地域包括支援センターだより

発行 日南市内各地区地域包括支援センター

第2号

地域包括支援センターは、高齢者がいつまでも自分らしく住み慣れた地域で暮らすために、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から総合的に支えるための相談機関です。

## 『家族介護教室のご案内』

高齢者を在宅で介護しているご家族や、近隣の援助者など、介護に関わっている方や、介護に関心がある方を対象に、介護の方法や介護予防、介護者の健康づくりなど、知識や技術についての教室を開催しています。教室に参加された方同士で、情報を交換したり、状況を話しあったりする場でもありますので、お気軽にご参加ください。

### 👁️ 今回のテーマ 👁️

- 「高齢者施設の種類の種類や役割」について
- にちなん★ころばん体操で介護予防！

※施設のそれぞれの種類や役割などご存知ですか？施設について勉強してみませんか？  
※介護予防推進サポーターの方が楽しく指導します。元気でいられる体作りをしてみませんか？  
※第1回、第2回の内容は同じです

	開催日時	場所	対象者	担当包括支援センター（申込先）
第1回	平成27年10月14日（水） 14：00～15：30	北郷さくらアリーナ	飫肥、酒谷、北郷全域	日南市北地区 地域包括支援センター TEL：25-0408
第2回	平成27年11月11日（水） 14：00～15：30	飫肥公民館		
第1回	平成27年10月27日（火） 14：00～15：30	都市農村交流センター	吾田（中平野、桜ヶ丘、松原団地を除く）、細田（下方、塩鶴、大堂津1～3区を除く）	日南市中央地区 地域包括支援センター TEL：22-3301
第2回	平成27年11月19日（木） 10：00～11：30	ふれあい健やかセンター5F		
第1回	平成27年11月13日（金） 10：00～11：30	まなびピア	油津、東郷、鶴戸全域、吾田一部（中平野、桜ヶ丘、松原団地）	日南市東地区 地域包括支援センター TEL：23-6099
第2回	平成27年11月17日（火） 10：00～11：30	サンライフ日南		
第1回	平成27年10月16日（金） 14：00～15：30	南郷健康福祉センター	南郷全域、細田一部（下方、塩鶴、大堂津1～3区）	日南市南地区 地域包括支援センター TEL：64-3178
第2回	平成27年11月20日（金） 14：00～15：30	南郷健康福祉センター		

### 《対象者》

介護をされている方、介護について関心のある方

### 《申込締切・申込方法・申込先》

10月1日（木）までに、お住まいの地区の地域包括支援センターに電話で申し込みください



※ご希望の日程とお住まいの地区の教室の予定が合わない場合には、ご相談ください。

※申込み受付時間 月～金（祝日除く） 8：30～17：15

## 日南市北地区地域包括支援センター

担当地域：飫肥・酒谷・北郷全域



〒889-2535

日南市飫肥六丁目 7 番 1 号  
(スーパーとむら 飫肥店 ななめ前)

TEL: **0987-25-0408**

FAX: **0987-25-0408**

## 日南市東地区地域包括支援センター

担当区域：油津・東郷・鶴戸全域  
吾田一部 (中平野・桜ヶ丘・松原団地)



〒887-0014

日南市岩崎二丁目 8 番 18 号  
(油津駅前通り)

TEL: **0987-23-6099**

FAX: **0987-23-4188**

## 日南市中央地区地域包括支援センター

担当区域：吾田 (中平野・桜ヶ丘・松原団地を除く)  
細田 (下方・塩鶴・大堂津 1～3 区を除く)



〒887-0021

日南市中央通一丁目 5 番地 1  
グレース三杉 1 F (日南駅横)

TEL: **0987-22-3301**

FAX: **0987-31-1525**

## 日南市南地区地域包括支援センター

担当区域：南郷全域  
細田一部 (下方・塩鶴・大堂津 1～3 区)



〒889-3206

日南市南郷町南町 5 番地 3  
(南郷総合支所前・南郷駅より徒歩 4 分)

TEL: **0987-64-3178**

FAX: **0987-64-3178**

相談は無料です。お気軽にご相談ください。