

# 高齢者や、その家族の人 こんなことで困っていませんか？

例えば・・・



## 日常生活に関すること

- これ以上、足腰が弱らないように体操をしたい
- 高齢者が気兼ねなく安心して集まれる場所を知りたい
- 一人では難しい家事などの支援を受けたい
- 保険証・通帳など、大切なものをどこに置いたかわからなくなり、よく探すようになった
- 生活に必要な手続きが、分からなくなった



## 財産管理に関すること

- 日々のお金の管理に、自信が持てなくなった
- 金融機関での手続きやATM操作が、以前はできていたのにできなくなった
- 自分の年金を家族が勝手に使っている、家族にお金を取り上げられ生活費が不足し困っている
- 【家族】親が、振り込め詐欺や不要なりフォームなど、大きな金額の契約などの被害にあった、あいさうになっていた



## 医療・介護・福祉のこと

- 高齢による体力の低下や、物忘れの進行に伴って、今後の生活が不安
- 介護保険サービスの内容や申請手続き、高齢者の施設などについて聞きたい
- 身近な相談相手がいない
- 【家族】家族だけでの介護に疲れている



が入るようなら、お近くの**地域包括支援センター**に、ご相談ください



地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。社会福祉士・保健師・主任ケアマネジャーなどが中心となり、必要なサービス利用の紹介や、必要に応じた支援の輪を作るお手伝いをしています。高齢者だけでなく、家族・近隣に住む人などからの相談も受け付けます。

「困ったなあ・・・」を一緒に考えます

### 総合相談業務

### 安心・安全のために(権利擁護)

消費者被害・成年後見制度・高齢者虐待などの相談

### あなたの元気を応援！介護予防

介護予防・自立支援・健康づくりを支援します

### 地域のネットワークづくり

みんなが暮らしやすい地域をめざして

### 相談窓口

- 尾道市地域包括支援センター ☎0848-56-1212
- 尾道市北部地域包括支援センター ☎0848-76-2495
- 尾道市西部地域包括支援センター ☎0848-21-1262
- 尾道市東部地域包括支援センター ☎0848-56-0345
- 尾道市向島地域包括支援センター ☎0848-41-9240
- 尾道市南部地域包括支援センター ☎0845-24-1248
- 尾道市南部地域包括支援センター瀬戸田支所 ☎0845-27-3847

相談は電話でも可能、必要に応じて自宅に伺います。相談内容は守られます。



# 子育て

## 家庭教育講演会「幼児期の子育てで大切なこと～子育てを楽しむ～」

子育て＝「大変」なこともいっぱい。でも、大変だけでなく、保護者も基本にかえて、かけがえのない幼児期を楽しみながらLet's子育て！  
 日 11月20日(火) 10:00～11:30  
 場 人権文化センター  
 講 幼児期の子の保護者、子育てに関心がある人 定 100人  
 講 師 村中由紀子さん(就実大学・大学院特任教授)  
 関 生涯学習課(☎0848-20-7444)

## アッ！と驚く ピアノ演奏体験

日 11月29日(木) 18:30～19:50  
 場 尾道市市民会館  
 定 5歳児以上の人 定 30人※要申込。  
 講 師 ピアノの魔術師・ミッチュリーさん  
 料 700円(付き添いの保護者は無料)  
 備 鍵盤ハーモニカ  
 申 尾道子ども劇場(☎・FAX 0848-22-8093)



【尾道地域(向島を含む)】健康推進課 (☎0848-24-1960 FAX 0848-24-1966)  
 【因島・瀬戸田地域】因島総合支所健康推進課(☎0845-22-0123)  
 【御調地域】御調保健福祉センター (☎0848-76-2235)

### 乳幼児健診

健診名	場 所	日 程	健診名	場 所	日 程
4カ月児健診 (4カ月になる児)	総合福祉センター	11月28日(水)・29日(木)	1歳6カ月児健診 (1歳7カ月になる児)	総合福祉センター	12月5日(水)・6日(木)
	因島総合福祉保健センター	11月20日(火)		因島総合福祉保健センター	11月22日(木)
	瀬戸田福祉保健センター	12月14日(金)		瀬戸田福祉保健センター	12月14日(金)
	御調保健福祉センター	12月13日(木)	3歳児健診 (3歳5カ月になる児)	総合福祉センター	12月12日(水)・13日(木)
		瀬戸田福祉保健センター		12月14日(金)	

※対象者には個別通知します。健診日の1週間前までに通知が届かない場合は、ご連絡ください。なるべく住所地区のセンターで受診してください。年間日程・対象者については市ホームページをご覧ください。

### 相談・講習会

行事名	場 所	日 程	受付時間(終了時間)	対 象	備 考
乳児健康相談	総合福祉センター	12月17日(月)	13:20～13:40	0～7カ月の児	身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び
	御調保健福祉センター	12月13日(木)	13:30～14:00	0～12カ月の児	母子健康手帳 ※御調は保育士によるふれあい遊びはありません。
	いんのしま子育て支援センター	12月6日(木)	9:30～10:30	概ね1歳までの児 ※母乳相談は1歳6カ月まで。	身体計測、育児・栄養相談、ふれあい遊び、母乳相談 母子健康手帳、バスタオル、フェイスタオル
離乳食講習会(要予約)	総合福祉センター	12月10日(月)	9:40～10:00 (11:40)	乳児の家族 定 18人程度※託児あり。	調理実習、栄養相談、離乳食の進め方 母子健康手帳、筆記用具、エプロン、マスク、三角巾、お手拭タオル
母乳相談(要予約)	総合福祉センター	11月20日(火)・27日(火) 12月4日(火)・11日(火)	13:30～	市内在住の妊婦か、出産後概ね1年6カ月までの人 定 5人 ※相談利用は1人2回まで。	母乳や卒乳についての相談、2～3人ずつ一緒に授乳アドバイス 母子健康手帳、タオル2～3枚、ミルクや哺乳びん、赤ちゃんに必要なもの
パパ☆ママ準備スクール(要予約)	総合福祉センター	11月18日(日)	9:30～9:45 (12:00)	市内在住の妊婦、夫、その家族 定 30人 受付中	出産の経過、呼吸法、乳房手入れ、沐浴実習、妊婦体験等 母子健康手帳、筆記用具
5歳児相談(要予約)	総合福祉センター	平成31年1月15日(火)	13:00～	平成26年2月生まれで発達など気になることがある児 定 12月14日(金)	通っている市内保育所・幼稚園(市内保育所等に通っていない人は健康推進課へ)

■料金や申込方法の記載のないものは無料または申込不要です。日日時期間 場場所 対象 内容 定員 料金 持ち物 締切 申込方法 申込先 問い合わせ先 ☎電話 FAX フォックス 電子メール ホームページ

くらしの窓

健康・福祉

子育て

スポーツ

芸術・文化

情報アラカルト

相談