

第2回 家族介護教室のご案内

「スッキリ解決!!～プロから学ぶオムツ・介護のアレコレ～」

オムツについて、専門家のアドバイスをうけるチャンスです!!

「どうしてオムツから漏れるの?」「オムツ交換して腰を痛めた」などなど、毎日繰り返される介護のお悩みに、ズバツとお答えします!!

介護していて大変なこと...それは、1日に何度も必要な「下のお世話」ではないでしょうか?今より楽にお世話ができれば、介護者の負担が減り、心にゆとりが生まれます。介護を受けている方も、介護者の笑顔や優しさに励まされ、元気になる、家族の笑顔が増えていきます。

オムツの選び方、正しい当てかただけでなく、介護にまつわる最新情報や、介助の方法、その他にも、オムツの助成金制度など、介護者を支える情報がたくさん詰まった講習会です。皆様のご参加をお待ちしています。

日時 9月25日(水)午後1:30～3:30

場所 ちむぐくる館 会議室1・2

内容 オムツの選び方、正しい当てかた、介護の最新情報などについて。(実習もあります。)

講師:湖城 孝枝 様(排泄ケアアドバイザー)

対象 介護をしている方もしくは関心のある方

参加費 無料

持ち物 タオル持参、軽装でご参加ください。

申込み 事前に電話もしくは窓口でお申し込みください。

締切り 9月18日(水)

お問い合わせ

南風原町社会福祉協議会 在宅介護支援センター(担当:平良・前里) ☎889-3502



早期発見が大切! 高齢者虐待について

高齢者虐待は、虐待を受けている高齢者本人や虐待をしている家族に自覚がないケースも多く、発見が遅れると事態は深刻化してしまいます。

そのため、高齢者虐待は「早期発見・早期対応」が非常に重要です。地域の皆さんの気付きが高齢者を守ることに繋がります。虐待がエスカレートしてしまう前に、虐待の疑いがあると感じたら、下記の相談窓口までご連絡ください。

また、守秘義務があり、通報・相談した方の情報を他に漏らすようなことはありません。

高齢者虐待の具体的例

- 身体的虐待: たたく、つねる、殴る、蹴る、やけどを負わせる、など。
- 心理的虐待: 怒鳴る、ののしる、無視する、など。
- 経済的虐待: 高齢者に必要な金銭を渡さない、使わせない、など。
- 性的虐待: 懲罰的に下半身を裸にして放置する、など。
- 介護・世話の放棄、放任: 空腹や栄養失調の状態にさせる、必要な介護・医療サービスを使わせない、など。

地域包括支援センターは、虐待に限らず、介護や医療、福祉など「高齢者に関する総合相談窓口」です! どうぞお気軽にお問い合わせください。



相談窓口

保健福祉課 地域包括支援センター(役場2階) ☎889-3534

瓦屋根・漆喰塗替え・修繕工事一切
(S型・セメント型・島瓦)
古代漆喰(施工時のみ) 真っ白!! 風化が遅く長持ち!!
見積り無料出張致します
お気軽にお電話下さい
070-5693-7748
照屋工務

国際標準規格ISO9001:2008認証取得 預かり金保証制度(国庫補助事業)加入会社
地域の不動産業で32年
不動産管理・賃貸仲介・売買仲介・有効活用相談
不動産のことでしたら何なりとお申し付け下さい。
since 1981 沖縄県知事免許(9)第0928号
あなたのホームプランナー
南新物産
南風原本店 〒901-1104 南風原町宮平641-7
TEL 098-889-4007 FAX 098-889-4033
http://www.nanchan.co.jp Email hae@nanchan.co.jp
ナンちゃん

平成25年度 介護予防事業

いつまでもお元気でいきいきと生活をするために、ご家庭でもできる筋力トレーニング。皆さまのご参加をお待ちしています。

「一般高齢者筋力トレーニング教室(第三期)」参加者募集!!

場所	時間	実施期間	定員	参加料
津嘉山公民館	毎週火曜日 10:00～12:00	10/15～12/17(全10回)	30人	無料

【内容および方法】 ストレッチ体操、筋力トレーニング、運動指導士による講話、運動指導

【対象者】 町内在住の65歳以上の方で会場まで来られる方、介護保険の認定を受けていない方

【申込み方法】 電話で仮予約後、保健福祉課窓口(役場2階)にて健康確認を行い、受け付けます。健康状態によっては受け付けられない場合もあります。

【申込期間】 9月2日(月)～10月4日(金)

【持参する物】 飲み物(水分補給用)、タオル、運動しやすい服装



「ちゃーがんじゅう教室」参加者募集!!

※体力に自信のない方、足腰の痛い方向けの教室です。

場所	時間	実施期間	定員	参加料
ちむぐくる館	毎週金曜日 10:00～12:00	10/4～12/20(全10回)	15人	無料

【内容および方法】 ストレッチ体操、筋力トレーニング、運動指導士による講話、運動指導

【対象者】 町内在住の65歳以上の方で、介護保険の認定を受けていない方。また、下記5項目中、3項目以上に該当する方。

- ①階段を手すりや壁をつたわり昇っている。
- ②椅子に座った状態から、何かにつかまり立ち上がっている。
- ③15分位続けて歩くことができない。
- ④この1年間に転んだことがある。
- ⑤転倒に対する不安が大きい。

【申込み方法】 電話で仮予約後、保健福祉課窓口(役場2階)にて健康確認を行い、受け付けます。健康状態によっては、受け付けられない場合もあります。

※受付後、医師意見書(所定の様式有り)の提出(自己負担)。
※役場に来られない方は、ご連絡ください。

【申込期間】 9月2日(月)～27日(金)

【持参する物】 飲み物(水分補給用)、タオル、運動しやすい服装

【その他】 送迎はご相談に応じます。



【お問い合わせ】 保健福祉課(役場2階) ☎889-4416 担当:仲里・佐久川・西脇・前川

Fun to Riding 公安委員会指定 Fun to Driving
津嘉山自動車学校
サンエーつかざんシティより八重瀬町向け 200m
〒901-1117 南風原町字津嘉山 593-1
TEL.889-5542 ☎ 0120-489052

タクシーのご用命は
松山タクシー 豊見城市字真玉橋 119-1 ☎855-2141
大南タクシー 那覇市仲井真385 ☎855-2114