



大浦包括だより



発行日：令和5年11月15日

発行責任者：長崎市大浦地域包括支援センター



「耳が遠くなり聴こえづらくなった」こんなお悩みはありませんか？



【聴覚障害の認定と補聴器購入の助成について】

長崎市では、身体障害者手帳(聴覚障害)をお持ちのかたに、補聴器購入の助成を行っています。

すでに身体障害者手帳(聴覚障害)をお持ちの方 **⚠️ 購入する前の申請が必要です!!**

【補聴器購入の助成 手続きの流れ】

①申請

申請書類：申請書、意見書(所定の様式で耳鼻科の主治医が作成)、
業者の見積書(指定の登録を受けた業者が作成)

②審査

③給付券交付(郵送)

④補聴器購入(給付券と自己負担額をもって、業者から補聴器の引き渡しを受ける)



概ね1か月半

身体障害者手帳(聴覚障害)をお持ちでない方 **⚠️ まずは障害者手帳(聴覚障害)の申請が必要です!!**

【身体障害者手帳申請から交付までの流れ】

※申請に関しては、主治医(耳鼻科)に障害の要件に該当するか要相談

①申請

申請書類：申請書、診断書(所定の様式で登録を受けた医師が作成)、
顔写真(縦4cm×横3cm)

②審査

③交付

障害者手帳

概ね2か月内

申請書、診断書は各地域センターにあります。申請も各地域センターへ。

※地域包括支援センターでは対応できませんのでご注意ください。

問い合わせ先 福祉部障害福祉課 ☎829-1141

集団健(検)診のご案内 (特定健診及び後期高齢者健康診査)



特定健診は、メタボリックシンドロームに着目し、生活習慣病の予防を目的とした健診です。

後期高齢者健康診査は、生活習慣病の予防、重症化を防ぐこと、また、フレイル(虚弱)を予防することを目的とした健診です。お近くの医療機関でも受診できます。詳しくは市役所ホームページへ。

日時：令和5年12月13日(水)9:45~11:45 / 13:15~14:30 (予約は11/14~11/20)

会場：大浦地区ふれあいセンター

事前予約制：けんしん予約センター☎0120-611-711

(平日8:30~17:15)

Let's 運動



こたつが恋しい季節となりました。
寒い季節になると、「体が硬くなる」「動きにくい」など、何となく体が思うように動かない、なんてことはありませんか。これは筋肉が硬くなることが原因で起こると言われています。
活動する前に準備運動や温かい食事を摂り身体を温めることで動きやすくなります。

寒い冬を怪我なく元気に過ごすためにも適度な運動と栄養バランスの整った食事を気掛けましょう♪

すこやか運動教室のご案内

65歳以上のすべての方が対象です。

運動を生活の中で習慣化するために月2回運動する機会を設け、自宅でも簡単に取り組める運動方法やメニューを紹介しています。

【大浦中学校区】

場所:仁田佐古地区ふれあいセンター
日時:第1・3火曜日 13:00~14:30

【梅香崎中学校区】

場所:南公民館
日時:第2・4土曜日 10:00~11:30

登録制となっていますので、参加を希望される方は中央総合事務所地域福祉課または大浦地域包括支援センターまでお問い合わせください。

【中央総合事務所地域福祉課 ☎829-1429】

高齢になっても、認知症になっても

安心して暮らせる町を目指そう!

北大浦地区地域ケア推進会議で作成した『高齢者見守りシート』を使って住みよい町を目指しましょう。
高齢者見守りシートは大浦地域包括支援センターで配布中です。



一部抜粋

詐欺かな?

- 見慣れない人が出入りしている
- 家の中に同じような商品がいくつもある
- ATMで携帯電話を使っている

みなさんのまわりに困っている方はいませんか?

声をかけあって、いつまでも安心して暮らせる地域を目指していきましょう。

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。
ご自身やご家族のこと、近隣の方のことでの悩みや疑問、相談ごとがありましたら、お気軽にお問い合わせください。



長崎市大浦地域包括支援センター

〒850-0922 長崎市相生町1-17メゾンド田中202号

電話 818-8311

