

大浦包括だより



発行日：令和6年2月15日

発行責任者：長崎市大浦地域包括支援センター



「サン賛サロン」

サロンの皆さん
おめでとうございます



厚労省「健康寿命をのぼそう！アワード」優良賞受賞！！



高齢者サロン「サン賛サロン」が厚生労働省の「第12回健康寿命をのぼそう！アワード」介護予防・高齢者生活支分野で優良賞を受賞しました。同アワードは介護予防や高齢者の生活支援の模範となる取り組みをしている企業・自治会などから選定され長崎市では初受賞となります。

鈴木市長を表敬訪問しました

同サロンはボランティアスタッフ、大浦保育園の会場提供や昭和会病院の理学療法士派遣協力などで今年度10周年を迎えました。60～90代の約70名が登録し軽運動やレクリエーションを通して健康増進・介護予防に取り組んでいます。



東京での授賞式
代表の深堀さん(右)

代表の深堀ひとみさんは「10年間チームワーク最高のスタッフに支えられて頑張ってきました。参加者の笑顔と参加者の『楽しかった！』の言葉をパワーに代えて、今後も頑張ります。」と話していました。



今年度、長崎市の90歳以上から選ばれる「長く元気で！市長表彰」に同サロンから5名選ばれました



社会とのつながいを大切にしよう！

社会とつながりがあると、認知症やうつ、転倒のリスクが低い傾向にあると言われています。近所づきあい、地域行事への参加、趣味活動、ボランティア活動、高齢者サロンの参加等を積極的に取り組みましょう。高齢者サロンなどの地域の集まりに興味がある方はお気軽にお尋ねください。(大浦地域包括支援センター Tel095-818-8311)



⚠ 消費者トラブルにご用心！！

消費者被害が相次いで報告されています。悪質業者は言葉巧みにお金や健康、孤独などの不安をあおり、信頼を得た後に年金や貯蓄などの財産を狙う傾向にあります。2022年度に全国の消費生活センター等に寄せられた消費生活相談の総件数は895,606件にも及びます。

決して他人事ではありません。不審な電話などがあった際は1人で悩まず、まずは家族や関係機関にご相談をしてください！



相談窓口



警察相談専用電話 #9110
消費者ホットライン 188

長崎市消費者センター 829-1234
大浦地域包括支援センター 818-8311

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された『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

