

～高齢者を地域で支える～
地域包括支援だより

いまから

No. 40
令和2年1月号

はじめよう



長生き時代の自分らしさを考えないかんねえ。

[問合せ先] 今治市 高齢介護課
地域包括支援担当(市役所第2別館1階)
電話0898-36-1528 FAX0898-34-5077

いきいきシニア応援講座 <こころの備えの部>

講演

『百まで生きる覚悟』

～超長寿時代の「身じまい」の作法～

講師 春日キスヨ氏

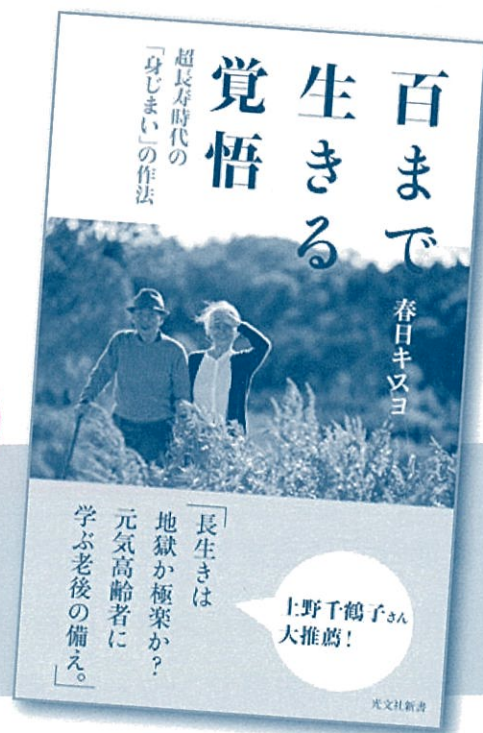
元松山大学教授・臨床社会学者
「高齢社会をよくする女性の会」広島代表

70代までは元気でも、その後は老いの坂を「ヨロヨロ」と生き、「ドタリ」と倒れ、誰かの世話になって生き続ける「ピンピン・ヨロヨロ・ドタリ」の高齢期が待っている。ドタリ後を「成りゆき任せ」にしないために必要な「身じまい」の作法とは…。上野千鶴子さん大推薦図書『百まで生きる覚悟』の著者、春日キスヨ氏が語ります。

無料

とき 2月8日(土) 13:30～15:20
(13:00開場)

ところ 今治市総合福祉センター4階



入場無料 定員 200名 (要申込み:定員になり次第締切り)

申込み期間 1月7日(火)～1月24日(金)

申込み・問合せ 今治市役所高齢介護課 地域包括支援担当
電話 0898-36-1528 / FAX 0898-34-5077

リハビリ専門家によるからだの相談会 **無料**

人生100年時代の体づくりのために、リハビリ専門家があなたに合った体の使い方等を体力測定の結果からアドバイスします。

≡二講座も
あります

膝が痛くて動きにくい。家がバリアフリーではないので心配。聞いたり話したりがおっくう。など、お年頃の方が気になるアレコレのお話です。



- 【対象】 おおむね60歳～
(定員40名申し込み先着順)
- 【とき】 2月8日(土) 9:30～11:30
- 【ところ】 今治市総合福祉センター

※簡単な体力測定を行います。
動きやすい服装、靴でお越しください。

申込み期間 1月7日(火)～1月24日(金) 定員になり次第締切り
申込み・問合せ 高齢介護課 地域包括支援担当(市役所第2別館1階)
電話 0898-36-1528 / FAX 0898-34-5077

みんな違とってええんよ



みんなの住みやすい地域は 明日の私が住みやすい地域

年齢を重ねれば、人は誰でも不得手なこと、できないことが増えてきます。でも、そんな違いが受け入れられる地域は自分も安心して歳をとれる地域。

年齢だけでなく、性別、障がい…。お互いの違いを正しく理解し知ることから、住みやすい地域づくりは始まります。

☎高齢者に関するご相談はお近くの地域包括支援センターへ

地域包括支援センター-美須賀・立花	黄金町二丁目2番地5	0898-55-8872
地域包括支援センター-日吉・近見	北日吉町一丁目11番17号	0898-22-7960
地域包括支援センター-西・南	別名272番地	0898-33-7861
地域包括支援センター-桜井・朝倉・玉川	玉川町大野甲86番地1	0898-36-8330
地域包括支援センター-北郷・大西・菊間	大西町宮脇甲501番地2	0898-53-5540
伯方地域包括支援センター	伯方町木浦甲3930番地1	0897-72-1065

※担当の地域包括支援センターがわからない場合は、
高齢介護課 地域包括支援担当 (☎0898-36-1528) へお問い合わせください。