



介護予防講演会を開催

【問合せ・申込み】

南魚沼市地域包括支援センター

☎77316675

いつまでも自分らしく、住み慣れた地域で暮らし続けられるように、介護予防に関心を持ち実践していくための介護予防講演会を開催します。

足腰を鍛えることは、転倒防止や骨粗しょう症予防、認知症予防、うつ予防などにも役立ちます。

運動で、介護予防に効果のあった事例の発表も行います。

日時 11月30日(金)

午前10時～正午

会場 ふれ愛支援センター

多目的ホール

内容 介護予防の知識と実技

「高齢者の動きの特徴」「日常生活の活性化」「通いの場の利用」「体操の実技」

講師 小林量作さん(新潟医療福祉大学 教授)

参加費 無料

持ち物 内履き

※運動できる服装でおこしください

締切り 11月22日(木)

申込み 電話でお申し込みください。

南魚沼市地域包括ケア連絡協議会
平成30年度市民フォーラム

【問合せ】

地域包括ケア連絡協議会事務局

(介護保険課 包括支援班内)

☎77316675

地域の医療・介護に関する課題について住民と医療・介護関係者が共に学び、共有する機会を持つことを目的として開催します。

入院から在宅療養への移行、住み慣れた家での介護、そして看取りまでを通して、関わったケアマネジャー、医師、看護師、介護用品担当などの人たちから支援内容、関わり、その時の気持ちなどを話していただきます。

日時 11月11日(日)

午後2時～3時30分

会場 ふれ愛支援センター

多目的ホール

テーマ

家族に介護が必要になったら：住みたいところで自分らしく生きる、自分らしく逝く

参加費 無料

申込み 不要

11月の城内診療所 診療担当医師 (予定表)



受付・診療時間 午前:月曜～土曜 <受付> 8:30～11:30 <診療> 9:00～
午後:月曜～金曜 <受付> 11:30～16:00 <診療> 14:00～

◆ 堀内医師の診療日は第3土曜日となります

【問合せ】 城内診療所 ☎775-2009

月		火		水		木		金		土		日
午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	午前	午後	休診日
◎城内診療所では、自宅まで無料で送迎します。送迎希望は、電話か窓口でお申し込みください。(送迎は午前中のみ)						1日		2日		3日		4日
						高橋		高橋		休診(祝日)		休診
5日		6日		7日		8日		9日		10日		11日
高橋		田中		高崎		高橋		高橋		福本	休診	休診
12日		13日		14日		15日		16日		17日		18日
高橋		田中		高崎		高橋		高橋		◆堀内	休診	休診
19日		20日		21日		22日		23日		24日		25日
高橋		田中		高崎		高橋		休診(祝日)		福本	休診	休診
26日		27日		28日		29日		30日				
高橋		田中		高崎		高橋		高橋				