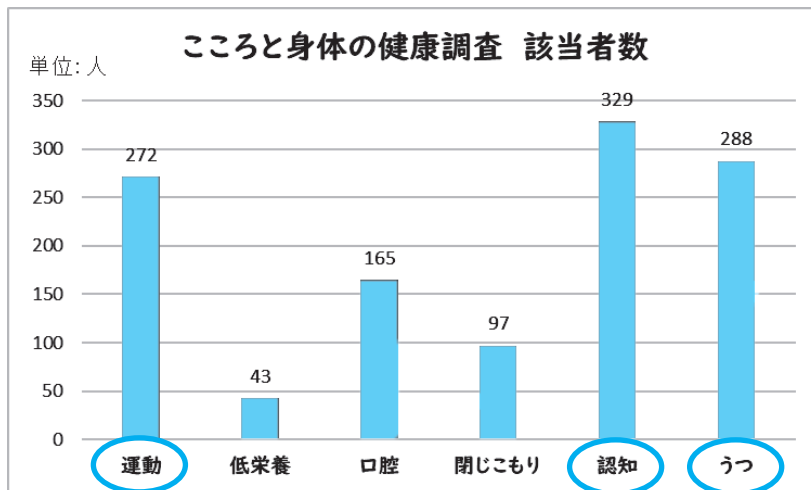


スマイルなんぶ通信 No.113

「なんぶ健康会議」に関わる課・組織が情報をお伝えします。今回の担当は「地域包括支援センター」です。

4月の総合健診申込書と一緒に「こころと身体健康調査」(緑色の用紙)を実施いたしました。今年度、調査の対象となった方は、75歳以上で要介護認定を受けていない1,197名の方です。調査の集計ができましたので、お知らせいたします。

この調査には「運動」「低栄養」「口腔」「閉じこもり」「認知」「うつ」の項目があり、南部町は「認知」「うつ」「運動」に該当する方が多いことがわかります。この3つの項目に該当する方が多いのはここ数年変わらない状況



です。

該当した方には、以下のような教室や事業へのお誘い、個別の訪問や連絡をさせていただいております。

今お困りの状態が重症化する前に、町の事業・教室などをご活用ください。また、不安なことがありましたら地域包括支援センターへご相談ください。

「運動」

・パワーリハビリ教室

⇒ マシンを使い日常生活における運動機能の改善を目指す教室

・筋肉若返り運動教室

⇒ 誰でも参加可能なフレイル(加齢による虚弱)予防を目指す教室



「閉じこもり」「認知」「うつ」

・万沢ふれあいセンター、睦合ふれあいセンター

⇒ 住み慣れた地域で暮らし続けるための事業。体操、歌、作品づくり等を通して健康状態の維持や要介護状態を予防している

・ほっとカフェ

⇒ 誰でも参加可能。みなさんのチャレンジしたいことを応援、楽しく過ごせる居場所づくりを目指す事業

「低栄養」「口腔」等

・個別の相談や訪問等

お問合せ・相談

南部町地域包括支援センター

☎ 64-4836