

「地域のよろず相談所となります。」

「相談は地域包括支援センターへ」

花の便りが聞かれる頃となりました。
感染症対策も変わりますが、今後も皆様、体調
に気を付けてお過ごしください。

厚木南地域包括支援センターは地域のよろず
相談所です。
一人で悩まないで困ったときには地域包括支援
センターにご相談ください。
自宅への訪問・来所・電話・入院先への訪問な
ど柔軟に対応させていただきます。

認知症サポーター養成講座

認知症サポーター養成講座は認知症
について正しく理解し、偏見を持たず、
地域で暮らす認知症の人やその家族を
見守る応援者を養成する講座です。
身近な家族や友人、自分自身が認知症
になっても今まで通り、住み慣れた地域
で安心して暮らせるまちづくりに一緒に
取り組みましょう。

対象：関心のある方ならどなたでも
(地域の集まり・企業など)

人数：2名～
費用：無料



介護予防体操グループ 「スマイリー」メンバー 募集!

スマイリーは介護予防体操教室に参加された方々の中から立ち上がった自主グループです。
現在8名ほどのメンバーが参加されており、介護予防等の事業を展開している会社
「ビーアウェイク」のインストラクターのもと
”いつまでも元気で若々しく” ”一緒に体を動かし、いい汗かきましよう”と
皆さん頑張っています。
新しいメンバーを募集中です。

- ・日 時：毎月2回 (原則第1・第3月曜日13:30～15:00)
- ・場 所：旭町4丁目ミニデイ会館 (旭町4-7 富士見公園手前の建物)
- ・会 費：1回500円
- ・問合せ：厚木南地域包括支援センター
TEL 046-258-6705



講師 鈴木健太郎氏



厚木市厚木南地域包括支援センター

Tel 046-258-6705

担当地区 幸町 泉町 旭町 南町 温水の一部 厚木の一部
船子（小田急ひばり団地） 岡田（岡田団地）

私たちは、厚木市の委託を受けた総合相談窓口です。
ご自身はもちろん、家族の方からも様々な相談をお受けしております。



介護予防教室 『未病』について考えよう

令和5年2月28日(火)厚木南公民館にて、日本調剤株式会社・管理栄養士の江草氏を講師に招き、『未病』についての講習会を開催いたしました。13名の方が参加されました。講義の後には糖化度測定器や体組成計を用いた測定を行い、その結果を基に生活に関するアドバイス等も受けることができました。

参加された方からは「測定をしてもらえて良かった。話も理解しやすかった」「普段の生活を気をつけようと思いました」などの感想をいただきました。



市民講演会 人生会議(ACP)

令和5年1月26日(木)厚木南公民館にて、帝京大学大学院公衆衛生学研究科教授の金城氏を講師に招き、『人生会議(ACP)』についての講演会を開催いたしました。16名の方が参加されました。講義の他、グループに分かれて[もしバナゲーム](もしもの際に自分にとって大切な価値観とは何かを考えるカードゲーム)を行い、グループ内で自分の想いを共有する取り組みを行いました。

あらためて感じた事が多々あった。

ふだん話せない事が話せてよかった。

大事なことの話が出来て有意義であった。

等の感想をいただきました。



当センターへのご案内

本厚木駅南口から徒歩で4分
いつでもお越しください。
お待ちしております。

営業 月～土（祝日含む）
8：30～17：30

