

「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」

連日暑い日が続いております。室内に居ても熱中症になることがあります。こまめな水分補給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として、地域の方、関係機関と連携を取りながら相談、連絡、調整を行います。感染対策を行い、自宅への訪問、電話、来所、入院先への訪問など柔軟に対応させていただきます。

管理者 沢尻美幸



後列:川上 石井 井上
前列:斎藤 沢尻 今村

家族介護教室のお知らせ

血管年齢計&骨健康度測定

血管や骨の健康状態を測定していただき、管理栄養士から「動脈硬化」と「骨粗しょう症」を予防する食事内容をお話しして頂きます。

【日時】2023年9月14日(木)
10:00～11:30

【場所】厚木南公民館 2階 集会室
【対象】厚木市在住の方 20名(先着順)
【参加費】無料
【講師】江草満帆氏

(日本調剤株式会社 管理栄養士)

【申し込み・問い合わせ】

9月13日までに電話または直接
厚木南地域包括支援センターへ
電話 046-258-6705
定員になり次第締め切らせて頂きます。

「買い物支援マップ」

厚木南地区民生委員の皆様のご協力を頂き、地域の一人暮らし高齢者の方にアンケートを依頼した中で、買い物に困っている方が意外と多いということがわかり、作成した『買い物支援マップ』が、ようやく完成しました。

(厚木南公民館、社会福祉協議会、ケアセンターあさひ等に置いてあります。)



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 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。



防災対策できてますか？

9月1日は
防災の日！

日頃の備えが我が身を守ります！

災害時には、高齢者や障がい者の方々は、避難することが困難な場合があります。
事前に、避難場所や避難方法を確認しておくことが大切です。

枕元や玄関近くに防災グッズ（食料・水・薬・尿取りパット・オムツ・ヘルメット等）は用意されていますか？ペットをどうするか？話し合っていますか？

自宅以外の場所（職場、外出先、病院、電車・バス等）での避難行動ができますか？



避難所までの経路は安全ですか？ 日中だけでなく夜間や早朝の場合での避難方法をシュミレーションしていますか？

災害時伝言ダイヤルや公衆電話、消火器、AED（自動体外式除細動器）の操作方法を知っていますか？

避難所の場所は知っていますか？
厚木南地区の指定避難所は「市立厚木第二小学校」、
指定緊急避難場所は「厚木南公民館」です。

※災害用伝言ダイヤルは「171」をダイヤルし、利用ガイダンスに従って、伝言の録音・再生を行ってください。

※避難場所まで移動するのが危険な場合には、建物の2階以上の部屋に移動する**垂直避難**という方法もあります。

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

当センターへのご案内

