

# 町田市南第1高齢者支援センター ニュースレター

2023年8・9月版

町田市委託事業  
家族介護者教室



おとなの  
オムツの正しい  
選び方・使い方

参加費無料  
※要予約

9月12日(火)  
14:00~16:00

会場 南市民センター 第2会議室

申込 南第1高齢者支援センター

担当:寺島・牧野・増田

講師:大王製紙 オムツマイスター

定員:18名程度

※8月1日9時~電話受付開始

## アルコール問題を 抱える人のかかわり方

コロナの外出自粛でアルコール問題が身近になっていませんか？アルコールの専門家をお呼びして講演会を行います。アルコールの問題を抱えた方、ご家族、関係者、ご興味のある方でもご参加をお待ちしております

開催日時:9月1日(金)  
14:00~15:30(13:30~受付)

会場:南市民センター 2階ホール

講師:河本泰信医師

(医療法人社団正心会 よしの病院)

参加費無料  
先着40名様

南第1高齢者支援センター  
042-796-2789まで

## 見守り講座を行いました

7月20日にすずかけ台ハイタウンにお住いの皆様と見守りについてお話しするお時間を頂きました。高齢者支援センターより、見守り活動の必要性とポイントについて、また、介護保険制度に関する説明や防災に関するお話をさせて頂きました。その後、皆様よりご質問や経験談、講座の感想等ご意見を頂きました。住み慣れた場所でもこれからも安心して生活していくには、日々の生活の中で、お互いに声を掛け合っていくことが大切というお話となりました。お互いに見守り、見守られる関係作り、とても大切ですね。



## 地域の皆様のための健康講座のご案内

会場:つくし野コミュニティセンター多目的ホール 定員:各日50名(要予約)

第1弾

『MCI(軽度認知障害)が分岐点』

日程:10/6(金)14時~16時

講師:鶴川サナトリウム病院

チェアヨガ体験で  
心身を活性化!!

第2弾

1日のみの参加も可能です。

『食べる・話す・笑うは健口から』

日程:10/24(火)14時~16時

講師:町田市歯科医師会

お問合せ・申込は、南第1高齢者支援センターへ 担当:寺島 牧野 三木

※9/1 9:00~ 電話申込み受付開始