

地域包括支援センターより

熱中症にご注意を！

この季節に包括支援センター職員がご高齢のかたのご自宅にお伺いすると「暑い」と感じます。脱水や熱中症にお気を付けください！！暑さに気が付かず、体力が落ち、救急搬送…なんてことは避けたいです。冷房の使用、水分摂取はもちろんですが、3食ちゃんと食べて、体力を維持しましょうね！

ケアプラザでGOGO健康講座！

9/5 顔ヨガ講座

9/25 美しく歩く講座

講師：斉藤友子先生

協力：株式会社 YAMASHITA

※講座詳細は岩間まで…！※

8月25日(金) 14:00~15:30

人生会議について

めぐみ在宅クリニック院長 **小澤竹俊先生**

人生会議(ACP:アドバンス・ケア・プランニング)とは、将来の変化に備え、将来の医療及びケアについて、本人を主体に、そのご家族や近しい人、医療・ケアチームが、繰返し話し合いを行い、本人による意思決定を支援する取り組みの事です。小澤先生がわかりやすく教えて下さいます。

お申込み:荒巻・江夏(コウカ)まで

介護らく楽講座

阿久和地域ケアプラザ

多目的ホールにて

定員:各回20名(先着順)



9月22日(金) 14:00~15:30

たのしくてためになる

悪質商法未然防止講座

横浜市消費生活応援隊 のみなさま

悪質商法の手口や、消費者被害にあわないためのポイントなど、一緒に学びましょう。

オンライン相談 を受け付けます

お電話やご来所での相談のほか、ご希望があればZOOMによるオンライン相談の対応も可能です。まずはお電話にてお問い合わせください。



あくわ通信は

横浜市阿久和地域ケアプラザ

が発行しています。

〒246-0026

横浜市瀬谷区阿久和南2-9-2

総合受付・電話番号 : 045 (365) 9892

福祉・保健に関する相談窓口: 045 (365) 9906

(時間外は相談専用コールセンターに転送されます)

FAX : 045 (365) 9894

【開館時間】

●月曜日～土曜日
午前9時～午後9時まで
(月曜日～木曜日・土曜日は夜間の部屋貸しがなければ午後6時まで)

●日曜日・祝日
午前9時～午後5時まで

●毎月第4月曜日
館内整備のため、部屋貸しは行っておりません

【休館日】

●年末年始(12/29~1/3)

※本紙記事での表示は、個人・団体の承諾を得て掲載しております。

