

おしただより

令和8年
5月25日
発行

こんにちは「地域包括支援センターおしただ」です！
さわやかな季節となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。

地域包括支援センターは、高齢者の方やご家族、地域のみなさんが、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、身近な相談窓口となっています。

介護のことだけでなく、「これからの暮らしが少し心配」「どこに相談したらいいのかわからない」「近隣で気になるお宅がある」そんなときにも、どうぞ気軽にお声がけください。

地域包括支援センターではこんな職員が働いています

◆ 相談や制度の案内をする

高齢者の方やご家族、地域の方からのさまざまな相談をお受けします。

「どこに相談したらいいかわからない」
「利用できる制度を知りたい」

そんな時の最初の相談窓口です。必要に応じて、関係機関と連携していきます。



◆ 介護予防の推進

元気で自分らしく暮らし続けられるよう、健康づくりや介護予防のための体操、講座を行っています。今できることを大切にしながら、長くいきいきと暮らしていけるように関わっています。

◆ ケアマネジメントを行う

要支援1・2の認定をお持ちの方が安心して生活できるよう、サービスの調整や支援計画の作成をしています。ご本人やご家族の思いを大切にしながら、一緒に支援の内容を考えています。



道路に面したところに看板があります

来所される方へ

- 直接お越しいただく際は、お待たせすることがないように事前にご連絡ください。
- 駐車場はございません。車でお越しの際は近隣パーキングをご利用ください。

発行元 社会福祉法人 府中市社会福祉協議会

府中市地域包括支援センターおしただ

〒183-0012 府中市押立町2-26-23

TEL 042-363-1661 FAX 042-336-1199

メール simizu-sien@fsyakyo.or.jp

★開所時間【日曜日・祝日・年末年始を除く】午前8時30分から午後5時00分



←社協ホームページはこちら
<http://www.fsyakyo.or.jp>



地域支援連絡会にて、
〔高齢者の消費生活トラブル〕
についての講話を実施しました

高齢者の消費生活トラブルは早期発見が大事！
 キーワードは「健康」「お金」「孤独」
 回りの人の「見守り」「気づき」「声掛け」で
 早期対応をしましょう！！

講師：全国消費生活相談員協会会員

もしもの時は勇気を出して相談することが、新たな被害者を増やさないことにもつながります！ 困った時、おかしいと思ったら・・・消費生活センター、地域包括支援センター、警察 などへすぐに連絡！



点検
商法
通信販売



クーリングオフ制度

訪問販売などの特定の取引の場合に、一定期間内であれば無条件で契約を解除できる制度

- ・契約書面を受け取った日を含めて8日以内(例外あり)に通知します(電子メール等の電子媒体に加え、はがきなど文書で通知)
- ・ハガキは「特定記録郵便」「簡易書留」で送ります
- ・書面等はコピーして保管しましょう



電話
勧誘
訪問購入



クーリングオフ

参加無料
申込不要

近所で気軽に！
「地域交流ひろば」
 にお越しください！！

65歳以上
市民

押立文化センター
 (月・午前)(木・午後)

押立体育館
 (火・午前)

車返団地1街区集会所
 (水・午前)(木・午前)

座ったままで全身の運動ができます。ご自身の都合や体調に合わせていつでも自由に参加してください。外に出掛けることで心も身体も元気になります。詳しい時間はお問い合わせください。



長いいきポイント！！

- ★ 自分の手の力(握力)の強さを知っていますか
- ★ 片足立ちがどのくらいできるか測ったことがありますか

握力は全身の筋肉の指標になります。そして歩くことは片足立ちの連続です。バランス感覚は転倒予防に大切です。地域交流ひろばにて測定をする機会を設けております。是非ご参加ください。

頭の体操！ ～国宝五城を線でつなごう～

- | | |
|------|-------|
| 姫路城・ | ・ 島根県 |
| 彦根城・ | ・ 長野県 |
| 犬山城・ | ・ 兵庫県 |
| 松江城・ | ・ 愛知県 |
| 松本城・ | ・ 滋賀県 |



府中市社会福祉協議会
財政サポーター募集中！



当協議会の会員として財政的なサポーターになってくださる方を募集しています。年間300円から、どなたでもいつからでも加入できます。多くの皆さまのご協力をお願いいたします。

年会費(4月1日～翌年3月31日)

- ・ 個人会員会費 300円以上
- ・ 団体会員会費 2,000円以上

※会費に代えて寄付金としての取り扱いもできます。

【申込み・問合せ】総務課

TEL：042-364-5137 FAX：042-362-9090