

## 高齢者を地域で見守りましょう

高齢介護課  
☎34-5472

近所の高齢者が、いつもと様子が違ったり、心配なことがあるように感じたら、お住まいの地域の地域包括支援センターに相談ください。身近なところでできることから、地域の見守りに協力ください。

### こんなサインに要注意



- 郵便物や新聞がたまっている。
- 洗濯物が取り込まれていない。
- 暗くなっても電気がつかない日が続いている。
- 見慣れない人が出入りしている。
- 家族が介護に疲れている。
- 小さな傷やあざが増えている。
- 高齢者に会わせてもらえない。

### 地域包括支援センター

・嵐北 ☎36-0620 ・嵐南 ☎36-5001 ・東 ☎38-4455 ・栄 ☎45-7600 ・下田 ☎46-3193

### 企業・団体も配達などの日々の業務の中で、地域の人を見守りをしています。

- ・はばたき信用組合 ・三条市商工会
- ・新潟県信用組合三条支店・三条東支店
- ・マルイ ・えちご中越農業協同組合
- ・新潟県労働金庫三条支店
- ・新潟ヤクルト販売 ・惣菜の松井
- ・日本ウォーターテックス（水道お客さまセンター）

### 新しく加わりました。

- ・日本郵便（三条市内郵便局）
- ・三条信用金庫



見守り認定事業ステッカー

\*協力いただける企業・団体を募集しています。

## 老人クラブで活動しませんか

高齢介護課  
☎34-5472

おおむね60歳以上を対象とした地域の自主的な組織で、レクリエーションやボランティア活動などを通して、高齢者のネットワークづくりや社会参加の活動を行っています。



問い合わせ 三条市老人クラブ連合会（市役所第二庁舎内）☎32-5240  
（受付時間 月・水・金曜日 午前9時～正午）

### 老人クラブ一覧

林町鶴亀会、新光寿会、東新保さいかち会、西四日町老人クラブ新生会、桜木町さくらクラブ、直江町和寿会、童心会（本町）、荒町槻田会、石上寿クラブ、栗林長寿会、塚野日高砂会、西潟まさくら会、井栗万葉藤の木会、月岡親交会、東大崎老人クラブ、西大崎松葉会、三竹睦会、北入蔵寿会、松ノ木寿会、保内五葉クラブ、上須頃甲辰クラブ、大島親和会、今井日之出会、囲碁・将棋クラブ、原上富久和会、下大浦老寿会、上大浦老人会

## 介護予防教室 \*申し込みが必要です。

| ところ   | と き                             | 参加費                     | 申込先  |
|---|---------------------------------|-------------------------|--|
| 中央いきいきセンター（本町）                                  | 水・金曜日<br>午前10時～午後3時             | 100円                    | 県央福祉会<br>ホームヘルパーステーション<br>うらだての里<br>☎36-7277 |
| 田島いきいきセンター（田島）                                  | 月・木曜日<br>午前10時～午後3時             |                         |  |
| AOZORA介護予防教室（西四日町）<br>*申込不要                     | 月・水・金曜日<br>午前10時～正午、<br>午後1時～3時 | 無料                      | 特別養護老人ホーム長和園<br>☎35-2131                     |
| 老人福祉センター栄寿荘                                     | 火・木曜日<br>午前10時～午後3時             | 100円<br>*昼食を希望する人は別途昼食代 | 栄寿荘<br>☎45-6311                              |
| 特別養護老人ホームいっぷく（庭月）<br>*下田地域の人は送迎できます。<br>相談ください。 | 水曜日、第2・4木曜日<br>午前10時～午後3時       | 無料                      | 特別養護老人ホームいっぷく<br>☎41-3322                    |

## 介護者向け講座 \*申し込みが必要です。

家族などを介護している人が、介護の知識や技術を学び、介護者同士で悩みや困り事を話し合います。



詳しくはこちら

| 名 前               | と き                       | ところ      | 申込先                     |
|-------------------|---------------------------|----------|-------------------------|
| 介護家族のつどい<br>*申込不要 | 2月14日(出)<br>午後1時30分～3時30分 | 中央公民館    | 介護家族のつどい<br>☎38-6325    |
| お陽さまカフェ           | 2月26日(木)<br>午後2時～3時30分    | 下田保健センター | 三条市ただ郷クリニック<br>☎46-8717 |

## 市の取り組みに生かします 認知症をともに考える会

認知症の人同士で、普段の生活で不便に感じていることや実現してほしいことをおしゃべりする会です。

と き…2月20日(金) 午後1時30分～3時

ところ…まちやま

対 象…認知症と診断された人とその家族

申込先…高齢介護課 ☎34-5472

