

お知らせ

ご利用ください

介護保険の

地域密着型サービス

ID 1003823

認知症の人や高齢者が、介護が必要な状態となっても、住み慣れた地域で安心して生活が継続できるように、次の介護サービスを受けられます。

▼小規模多機能型居宅介護 日中の施設への通いを中心に、利用者の状態や希望に応じて自宅訪問や施設宿泊を組み合わせた在宅での生活支援など。

▼認知症対応型通所介護 認知症の状態にある人が施設に通って、入浴・排せつ・食事などの介護、レクリエーションによる交流、機能訓練など。

▼認知症対応型共同生活介護（グループホーム） 少人数で共同生活を行い、入浴・排せつ・食事などの介護。なお、要支援1の認定を受けている人は利用不可。

▼定期巡回・随時対応型訪問介護看護 1日に複数回、日中夜間を問わず、定期的な居宅への訪問による、入浴・排せつ・食

事などの介護の他、随時、日常生活上の緊急時の対応など。なお、要支援の認定を受けている人は利用不可。

▼地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護 小規模（定員29人以下）の特別養護老人ホームに入所し、日常生活上の介護や機能訓練など。なお、原則、要介護3～5の認定を受けている人のみ利用可。

■その他 詳しくは、事業所、担当ケアマネジャー（介護支援専門員）へご相談ください。

問 高齢福祉課 ☎ (632) 2906

ID 1003862
独りで悩まず一緒に学ぼう
家族介護教室

▼日時 ①3月12日（水）午後2時～4時 ②3月29日（土）午前10時～正午。

▼会場 ①姿川区（西川田町）

②河内総合福祉センター（白沢町）。

▼内容 ①「認知症について」

②「身体に負担のかからない介護の方法について」と題した講座。

▼申込方法 電話で、①姿川南部地域包括支援センター ☎ (654) 2281 ②地域包括支援センター ☎ (673) 8941へ。

問 高齢福祉課 ☎ (632) 2356

シニア対象の教室・講座・催し

タイトル・ID・内容	日時・会場	対象・定員など	申し込みなど
①老後資金と年金情報・介護知識と必要な費用 ②エンディングノートの活用・元気なうちから介護予防 ID 1004338 キャリアコンサルタントによる講座と個別相談	▼①3月12日（水） ②3月22日（土）、 午前10時～正午 ▼市総合福祉センター （中央1丁目）	▼市内在住か 通勤するお おむね50歳 以上の人 ▼各先着10人	▼3月3日から、直接または電話、 ファクス・Eメール（☎・年齢 を明記）で、みやシニア活動 センター ☎ (632) 2368、FAX (639) 8575、✉miyasenior@ city.utsunomiya.tochigi.jpへ
もの忘れ相談会 ID 1025064	▼3月14日（金） 午前10時～正午 （最終受け付け11時 30分） ▼オレンジサロンさくら カフェ（花房2丁目）	▼最近、認知 症かもしれ ないと不安 を感じてい る人やその 家族	▼当日、直接、会場へ ▼来場者には服薬管理に役立つ 「おくすりケース」をプレゼント 問 高齢福祉課 ☎ (632) 2332
シニアのためのスキンケア講座 図書館HP URL1 顔や頭皮の本当に良いお手入れ法	▼3月26日（水） 午前10時～正午 ▼東図書館（中今泉3 丁目）	▼おむね 60歳以上の 人 ▼先着20人	▼3月12日午後2時から、電話 で、東図書館 ☎ (638) 5614 へ
65歳から始めるしっかり貯 筋教室 ID 1026715 ロコモティブシンドロームや 認知症予防のための運動や栄 養に関する講話、脳トレ、筋 力測定など	▼4月14・21・28日、 5月12日・19日。 午前10時～正午。 全5回 ▼市保健センター （トナリエ宇都宮9階）	▼市内在住の 65歳以上の 人で、要支 援・要介護 認定を受け ていない、 運動制限が ない人 ▼先着20人	▼3月4日午前9時30分から、 直接または電話で、市保健セ ンター ☎ (627) 6666へ ▼市保健センター運動教室に初 めて参加する人優先