

# 中央ホウカツ便り

発行元：豊橋市中央地域包括支援センター

ひまわりや朝顔が色あざやかに咲く季節ですが、皆様いかがお過ごしでしょうか？私どもはご高齢の方の地域暮らしの相談に応じる窓口です。『中央ホウカツ便り』を通して活動報告やいろいろな情報をお伝え致します。どうぞ、よろしくお願い致します。

仁連木老人福祉センター主催

## なんでも悩み相談 はじめます！

偶数月の第三月曜日9:30～11:30(祝日は休み)

年々お歳を重ねると、健康のことや生活のことに不安や気がかりを感じることもあるかと思います。そこで、皆さんの今後の生活を楽しく過ごしていただけるよう、仁連木老人福祉センター主催の「なんでも悩み相談」を開催することになりました。

なんでも悩み相談は、日常生活の悩みや困り事の相談のほか、健康相談を豊橋市中央包括地域包括支援センターの職員がお受けします。

「困っていることがあるけど、どこに相談したらいいのかわからないなあ…。」「日々をもっと楽しく過ごせたらいいのになあ。」「親が家に居るばかりで…どっか出かけ先はないかなあ。」などと感じている方は、なんでも悩み相談でお話ください。お問い合わせは、仁連木老人福祉センターまで。



### 会場・お問合せ先

仁連木老人福祉センター  
☎0532-62-0213  
豊橋市仁連木町136-2



## あたまの体操コーナー

ひらがなで書かれた計算式を解いてみましょう。

- ①ろくたすご
- ②ななひくさん
- ③じゅうはちわるきゅう
- ④ごかけるさんひくに
- ⑤ろくわるさんかけるご



# ～豊橋市中央地域包括支援センター～

豊橋市中央地域包括支援センターは、社会福祉法人豊橋市社会福祉協議会が豊橋市から委託を受けて運営しています。高齢者の方々が地域で安心・安全に暮らせるよう、病気やケガの予防についてや、介護に関すること、高齢者虐待や消費者被害に関すること、認知症に関することなどの相談について専門資格をもった職員が承ります。

相談は無料です。相談内容は秘密を厳守しますので、安心してご相談ください。

## ☎0532-54-7170

住所：豊橋市前畑町115 総合福祉センター「あイトピア」内



あたまの体操コーナーの答え ① 11 ② 4 ③ 2 ④ 13 ⑤ 10

あイトピア自主事業  
無料特別講座

## 「夜のトイレ」



## のお悩みこれで解消！

本講座は、  
日本学術振興会  
科学研究費助成事業より  
研究費を受託して行われています。

新潟医療福祉大学 作業療法学科 教授 今西里佳

藤田医科大学 保健衛生学部リハビリテーション学科 講師 中島ともみ

### 2023年9月1日(金) あイトピア2階

### 午後1～4時 申し込み先：57-2601

あなたにお勧め！  
対象となる方

65以上 男女ともにOK！  
介護保険の認定は  
受けていない方

夜中の排尿に  
悩みがある方

尿もれの悩み  
がある方



※9月と6か月後（2024年3月8日）の2回参加可能な方を募集します。