

幸風苑

地域包括支援センター便り



幸風苑地域包括支援センター
〒212-0021 川崎市幸区都町64-1
☎044-556-4355

NEWS LETTER

幸風苑の「こうちゃん」

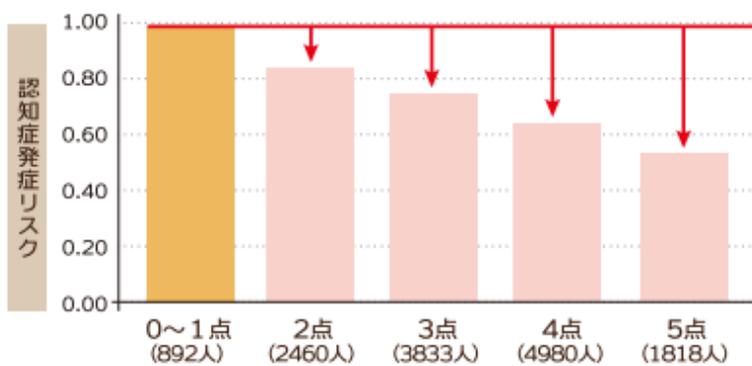
こ
んにちは。幸風苑
地域包括支援センターです



地域包括支援センターは、川崎市から委託を受けた高齢者に関する身近な公的な相談窓口です。
地域のみなさんが安心して生活が送れるように、ご相談を伺いご支援させて頂きます。
相談無料、秘密厳守です。
お気軽にご連絡下さい。

社会との多様なつながり方がある人は 認知症発症リスクが半減

つながりの多様性得点と認知症発症リスク



つながりの多様性得点が0-1点の人と比べ、5点の人で認知症発症リスク46%減

*一般社団法人 日本老年学的評価研究機構 ホームページより抜粋

家族・趣味・ご近所付き合い・ボランティアなど、**多くの繋がり**

「多接」を心掛けましょう。裏面のフローチャートで自分に合った多接がわかる!

先月の新規相談

先々の不安…2件	リハビリ……0件
物忘れ………2件	住まい………2件
介護負担……3件	その他………4件
退院………3件	

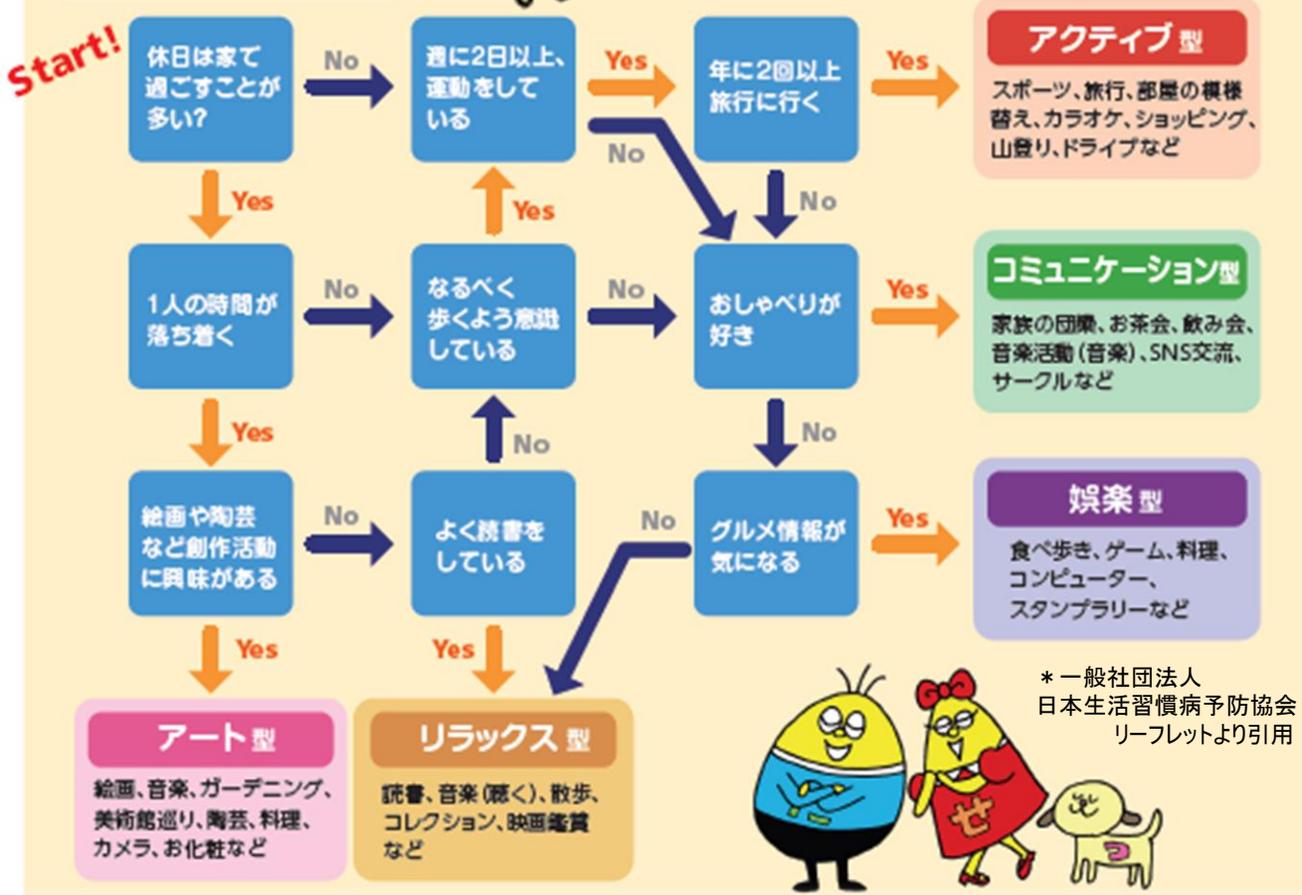
遠方のご家族から一人暮らしをされている親御さんが困っていると相談される方もいらっしゃいます。ご自宅へ訪問することも可能ですのでお気軽にご相談下さい。



たせつ 多接で健康生活を 楽しみましょう

「多接」とは、多くの人・物・事に接することを意味します。
仕事や趣味でやりがいを見つけたり、家族との団らんや人との交流で、
日々を楽しく過ごすことが心身に良い刺激を与え、生きる活力となります。

あなたの多接タイプは？



地域の活動紹介(場所・内容・開催日・問い合わせ先)

- ・縁カフェ (南幸町、バレエを取り入れた高齢者体操、不定期、070-9055-1232)
- ・クロスハート幸 (河原町、音楽セラピーなど、不定期、044-533-9410)
- ・ひつじカフェ (幸町、飲み物100円おしゃべりの会、毎週金曜日開催、044-522-4910)
- ・ほっとひといき (ハッピーロードの「メロディーココ」で平日14-17時オーダー不要のフリースペース、044-544-7477)
- ・ミモザdeウォーキング (南河原公園を歩く会、月2回、044-556-4355)



地域の活動情報を
募集しています。

幸風苑地域包括支援センター
044-556-4355までご連絡下さい。

