

# 生野区地域包括支援センター 包括だより

イクノクチイキホウカツシエンセンター  
生野区地域包括支援センターは高齢者のみなさまの

くくらし や く介護 の相談窓口です

相談無料・秘密厳守



## 令和6年度 おかちやま脳トレ教室 参加者募集



5月から「令和6年度 おかちやま脳トレ教室」が始まります！

おかちやま脳トレ教室は、日頃の生活の中で  
ご自身で取り組むことができる認知症予防を目的に  
毎月開催しています。

内容は運動・頭の体操・栄養や  
口腔ケアなど現在調整中です。  
お楽しみに！

**日 時**：毎月第2木曜日 13時30分～15時（予定）  
**場 所**：生野区社会福祉協議会 2階 多目的室  
**申込方法**：お電話でお申し込み下さい 06-6712-3103  
**定 員**：30名（定員を超えた場合はお断りすることがあります）  
**対 象**：生野区地域包括支援センター圏域にお住いの65歳以上の方で、  
 基本的に毎月参加できる方(勝山・東桃谷・西生野・生野・林寺の一部・舍利寺の一部)  
**申込・問合せ先**：社会福祉法人 大阪市生野区社会福祉協議会  
 生野区地域包括支援センター（担当 藤原）

みんなが安心して  
暮らすために…

ひとりで  
悩まないで

### 3月は「自殺対策強化月間」です

3月は、**24時間の電話相談窓口**を開設しています。  
何か悩んでる？ よかったら、話して。

■ **こころの健康相談統一ダイヤル**  
**0570-064-556**  
大阪市ホームページ引用



### 高齢者虐待

- ・不自然なあざがある
  - ・自由にお金が使えない
  - ・家からしょっちゅう怒鳴り声が聞こえる
  - ・いつも汚れた服を着ている
  - ・必要な介護サービスを受けていない
  - ・など、あれ！？と気になる
- 高齢者がいたら・・・



生野区地域  
包括支援センターまで  
ご相談下さい