

健康に関する話題をお知らせします

北地域包括支援センター



能代市向能代字上野越 1-3 Tel 74-7730
窓口時間 8:30～17:30 担当区域 向能代・常盤

特養しのため、地域の自治会館などで健康教室を開催しています。参加者から「笑顔がたえず楽しい」とお声もいただいています。お近くの自治会館などに伺うことも可能ですので、ご相談ください。今後も各地域で開催予定。ご近所お誘い合わせのうえ、ご参加ください。健康維持のため、ぜひ一緒に介護予防を頑張りましょう！

南地域包括支援センター



能代市檜山字新田沢 105 Tel 74-6700
窓口時間 8:30～17:15 担当区域 榊・扇刈・檜山・鶴形・浅内

公民館や地域の自治会館で開催する介護予防教室のほかに、出前講座では各地域のサークルや老人クラブ、敬老会からのご依頼に対応しています。また、地域の皆さんが安心して暮らせるよう、丁寧にお話を伺うことを大切にしています。

ニツ井地域包括支援センター



能代市ニツ井町字下野家後 145 Tel 73-6662
窓口時間 8:30～17:30 担当区域 ニツ井地域

私たちは、地域のよりどころを目指し、民生委員などの関係機関と顔の見える関係づくりを心掛けています。また、地域の皆さんがいつまでも元気で過ごせるよう、トレーニングマシンなどを使用した各種教室や出前講座も開催しています。お気軽にご相談ください。

介護予防教室や認知症カフェのご案内

本庁地域包括支援センター Tel 74-7156

講座	期日	
一般介護予防教室	6月26日を除く毎週木曜日 9:30～11:30 / サンピノ	
	6月26日(木) 10:00～11:30 / 中川原会館	
家族介護者の集い	6月11日(木) 13:30～14:30 / 松美町自治会館	

南地域包括支援センター Tel 74-6700

講座	期日	
一般介護予防教室	毎週火曜日 10:00～11:30 / 芝童森住宅集会所	
	6月16日(月) 10:00～11:30 / 鶴形公民館	
	6月19日(木) 10:00～11:30 / 南部公民館	
	6月26日(木) 10:00～11:30 / 東部公民館	
家族介護者の集い	6月5日(木) 10:00～11:30 / 南部公民館	

北地域包括支援センター Tel 74-7730

講座	期日	
一般介護予防教室	毎週水曜日 10:00～11:30 / 特養しのため	
家族介護者の集い	6月12日(木) 13:30～15:00 / 特養しのため	

長寿いきがい課 Tel 89-5355

講座	期日	
認知症家族介護の交流会	6月10日(木) 13:00～15:00 / やさしい風「健康館」	
認知症カフェ「ほっとカフェ」	6月24日(木) 10:00～12:00 / サンピノ	

認知症の人やそのご家族、認知症の予防をしたい、認知症の人を支えたい、など誰でも参加でき集う場です。

いきいき暮らしGUIDE

ガイド



今日のトピックス

皆さんの地域の 地域包括支援センターを紹介します

地域包括支援センターは、65歳からの健康や介護に関するさまざまな相談を受け付ける窓口です。いつまでも元気で過ごすために、高齢者や家族からの相談に応じ支援しています。悩みの大きさに関わらず、元気なうちからささいなことでもご相談ください。市では地域包括支援センターを4カ所設置しています。働いている職員も紹介します。

問合せ 長寿いきがい課 TEL 89-5355

本庁地域包括支援センター



能代市緑町 5-47 TEL 74-7156

窓口時間 8:30 ~ 17:15 担当区域 本庁地域

今年度1人の職員が入れ替わりました。訪問看護、病院、老人保健施設などさまざまな経験をもつ看護師です。どうぞよろしくお願いいたします。

本庁は市街地を取り巻く各町内の独居高齢者が微増している特徴があります。安心して地域の生活を続けていくために、各町内とつながり、問題の早期発見、対応に努めています。また、健康維持のために健康相談、健康教室を地域で開催しています。ぜひ、地域包括支援センターを有効活用し安心した生活を送りましょう。

6月の献血日程

4日(水)	10:00 ~ 11:30	三国商事きみまち販給油所
	13:30 ~ 16:00	市役所二ツ井町庁舎
20日(金)	10:00 ~ 11:45	市役所本庁舎
	13:00 ~ 16:00	

問合せ 能代保健所 TEL 52-4333
健康づくり課 TEL 58-2838



6月の休日当番医

	内科
1日(日)	鹿渡内科医院 (三種町) TEL 87-3030
8日(日)	白坂内科胃腸科医院 TEL 54-6624
15日(日)	三田医院 TEL 58-3858
22日(日)	加賀医院 TEL 54-8080
29日(日)	関医院 TEL 73-2811

必ず、事前に医療機関へ電話にて症状などをお知らせください。変更になる場合もありますので、北羽新報や電話で確認をお願いします。

問合せ

〈平日〉 能代市山本郡医師会 TEL 58-2581

〈休日〉 能代山本医師会病院 TEL 58-3311