

# 地域包括支援センターあさひが丘通信

## 春日井市でも特殊詐欺が多発しています！

### ■状況■

春日井市内の高齢者宅に、市役所保険課を名乗る詐欺犯人から「保険料の還付金がある」という電話がかかってきました。不審に思った家族が市役所に確認したところ、還付金詐欺の前兆電話であることがわかりました。



### ■対策■

春日井市内では、連日特殊詐欺犯人からの前兆電話がかかり、春日井市民が狙われています。家族、ご近所、会社等で特殊詐欺の被害防止について話し合いましょう。

市役所、金融機関がATMで還付金を払い戻すことは絶対にありません。また、電話で口座残高を確認することも決してありません。電話で「還付金、ATM、口座」などの言葉はまず詐欺を疑いましょう。



## 誤嚥予防プログラムのご案内

### 誤嚥性肺炎を防ごう

口の機能低下を予防するため「誤嚥予防プログラム」を実施しています。かかりつけの歯科医院にお問い合わせ下さい。（市内76か所の歯科医院で実施しています）

- 1、対象者 65歳以上の春日井市民
- 2、内容 (1) 健康チェック（問診、口腔機能測定）診査及び個別サービス計画作成  
(2) 個別サービス計画に基づく保健指導（口腔清掃、口腔体操など）  
(3) プログラムは、参加者1人につき1回30分程度、原則5回コース
- 3、費用負担 1回あたり200円の負担金が必要です。



地域包括支援センターあさひが丘

春日井市神屋町1306-1

☎：93-1314

開所時間：月～金曜日 9:00～17:30



上記講座開催の申し込み&

福祉サービス等のご相談は 左記まで  
担当：戸田、飯田、永杉、田所、木根

# 地元のお元気さん



このコーナーでは、毎回地域で活動している団体やグループ、介護予防に取り組んでいる方などをご紹介します。

## さくらクラブ



今月は自主活動グループ『さくらクラブ』をご紹介します。

神屋団地の住民による自主活動で、第1、2、3月曜日の午後に神屋団地集会所で体操をしています。

参加者は60歳代から80歳代で毎回20名近い参加があり、講師の大山先生の明るいかげ声のもと、音楽に合わせた運動やイスに座っての運動、マットに寝転んでの運動などに取り組んでいます。

目指しているのは、生活に必要な筋力をつけること、いつまでもしっかり自分の足で歩く事などを目標に、年齢にあった体力、筋力作りです。

同じ団地に住んでいても、なかなか会って話す機会の少ない方同士、顔を合わせ話をするのができ、笑顔が増えたとおっしゃっていました。

会の世話人の堀様より

「神屋団地の方、ぜひ一緒に楽しく体操しましょう。男性の方も大歓迎です」

### 8月7日（月）さくらクラブの様子



一つ一つの運動や動きの意味をや効果の説明を受けながらの体操をしています



ゴムバンドを使っでのストレッチ

### 地域包括支援センターとは？

地域包括支援センターは、春日井市の委託により運営される高齢者に関する総合相談機関です。支援が必要な高齢者やその家族の状況に応じた各種の保健福祉サービスが総合的に受けられるよう、情報提供や関係機関との連絡調整などを行います。相談は無料です。お気軽にご相談ください。

