

ケアマネだより

第16号
平成29年2月発行

- ◆ 社協理念 あたたかい手 やさしい心で つなげよう 福祉の輪
- ◆ 経営理念 おもいやりと 笑顔の介護で 地域福祉を支えます



春の陽気が待ち遠しい今日この頃、皆様いかがお過ごしでしょうか。立春を過ぎてからも雪の日が続きますね。雪かきでお疲れの方もいらっしゃるかと思います。春まであと少し！元気を出していきましょう。

でかけてみませんか？… 認知症予防講演会 … 入場無料

講演 【認知症にならないために】

講師 ほんだ病院 認知症疾患センター 管理者 本田建一氏

報告 認知症総合支援事業の取り組みについて

情報提供 認知症疾患センターの役割

会場：魚沼市地域振興センター2階 コンベンションホール

日時：3月7日(火)午後2:30～4:30

お問い合わせ：魚沼市地域包括支援センター 792-9760

介護認定の更新手続きをお忘れなく！

有効期間が切れるとサービスを利用した費用が**全額自己負担**になってしまいます。引き続き介護保険のサービスを利用するためには更新手続きをしなければなりません。有効期間満了日の**2カ月前**に、市役所から郵送で申請書類が届きますので、忘れずに手続きをお願いします。

暖かい日があったり冷たい雨の日があったり、春先の不安定な天気の影響で、だるさや疲れを感じることもあると思います。冬の間寒さでかたくなっていた体が少しずつゆるんでくる変化についていけないことも、春の不調の原因だそうです。つい眠くなりがちなの季節ですが、朝はできるだけ太陽の光を浴びてさわやかに目覚めること、天気のいい日は外に出て、春の陽射しやかおろを感じることも大切ですね。



編集後記

1年間ケアマネたよりを担当させてもらいました。「何を書いたらいいかなあ」「字の大きさはこれでいいかしら…」など、読んで下さる皆さんの顔を思い浮かべながら書きました。長い冬ももうすぐ終わりですね。皆さんにとって「春」はどんな季節でしょう？私は春になるとちょっぴりワクワクします。 悠花

在宅介護支援センター湯之谷
魚沼市大沢213-1 湯之谷基幹集落センター内

025-792-8184

24時間対応致します。

