香等包括だより

担当小学校区:香呂・中寺・香呂南

認知症サロン

認知症サロンは、認知症であるかどうかに関わらず、地域の高齢者が自由に参加することのできる「通いの場」です。

認知症予防は「運動」「休養」「栄養」「社会活動」といわれています。

地域活動で人とつながりましょう。

● 香寺町で登録されている認知症サロン

サロン名称開催場所開催曜日主な内容広瀬北認知症サロン 気楽会広瀬北公民館第1.3.4.5 木曜日 9:30~10:30レクリエーション、茶話会、体操 9:30~10:30りんどう 藤ケ台藤ケ台公民館第 2.4 木曜日 10:30~11:30体操、脳トレ、茶話会楽々会中仁野公民館第 1~4 水曜日 10:45~11:45レクリエーション、脳トレ、茶話会認知症サロン「ゆず」北恒屋公民館毎週月曜日(祝日休み) 10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会西野ふれあいカフェ番呂西野集会所第 3 日曜日 10:00~11:45(現在、休止中)認知症サロン溝口溝口公民館第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00体操、茶話会、歌満口ホームタウン いきいきふれあい会第 1.3 木・5 月曜日 9:00~12:00レクリエーション、茶話会上でしまったいまかれあい会第 1.3 木曜日 10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会たりています会溝口ニュータウン 第 1.3 木曜日 7:00~10:30茶話会、囲碁、折り紙、脳トレ、レクリエーション				
気楽会 広瀬北公民館 9:30~10:30 レクリエーション、茶話会、体操 りんどう 藤ケ台 藤ケ台公民館 第 2.4 木曜日 10:30~11:30 体操、脳トレ、茶話会 楽々会 中仁野公民館 第 1~4 水曜日 10:45~11:45 レクリエーション、脳トレ、茶話会 認知症サロン「ゆず」 北恒屋公民館 毎週月曜日(祝日休み) 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 西野ふれあいカフェ 番呂西野集会所 第 3 日曜日 10:00~11:45 (現在、休止中) 認知症サロン溝口 溝口公民館 第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 体操、茶話会、歌 満口ホームタウン いきいきふれあい会 第 4月曜日 9:00~12:00 レクリエーション、茶話会 上ively 田野公民館 第 1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 たりています会 溝口ニュータウン 第 1.3 木曜日 茶話会、囲碁、折り紙、	サロン名称	開催場所	開催曜日	主な内容
気楽会 9:30~10:30 りんどう 藤ケ台 藤ケ台公民館 第 2.4 木曜日 10:30~11:30 体操、脳トレ、茶話会 楽々会 中仁野公民館 第 1~4 水曜日 10:45~11:45 レクリエーション、脳トレ、茶話会 認知症サロン「ゆず」 北恒屋公民館 毎週月曜日(祝日休み) 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 西野ふれあいカフェ 香呂西野集会所 第 3 日曜日 10:00~11:45 (現在、休止中) 認知症サロン溝口 溝口公民館 第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 体操、茶話会、歌 満口ホームタウン いきいきふれあい会 ホームタウン集会所 9:00~12:00 レクリエーション、茶話会 上ively 田野公民館 第 1.3 木曜日 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 赤田子、ガリ紙、 茶話会、囲碁、折り紙、		広瀬北公民館		レクリエーション、茶話会、体操
#ケ台公民館 10:30~11:30 体操、脳トレ、茶話会 第1~4 水曜日 10:45~11:45 レクリエーション、脳トレ、茶話会 10:00~11:45 株操、レクリエーション、脳トレ、茶話会 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 10:00~11:45 第3日曜日 10:00~11:45 第1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 株操、茶話会、歌 第4月曜日 9:00~12:00 アクリエーション、茶話会 第1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 第1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 第1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 株婦、レクリエーション、茶話会 株婦、レクリエーション、茶話会 第1.3 木曜日 10:00~11:00 茶話会、囲碁、折り紙、	気楽会		9:30~10:30	
第1~4 水曜日 10:45~11:45 認知症サロン「ゆず」 北恒屋公民館 年週月曜日(祝日休み) 10:00~11:00 体操、レクリエーション、蒸話会 西野ふれあいカフェ 香呂西野集会所 第3日曜日 10:00~11:45 (現在、休止中) 認知症サロン溝口 溝口公民館 第1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 体操、茶話会、歌 満口ホームタウン いきいきふれあい会 ホームタウン集会所 9:00~12:00 レクリエーション、茶話会 上ively 田野公民館 第1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 第1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会	りんどう 藤ケ台	藤ケ台公民館	第 2.4 木曜日	体操・脳トレン茶託会
楽々会中仁野公民館10:45~11:45レクリエーション、脳トレ、茶話会認知症サロン「ゆず」北恒屋公民館毎週月曜日(祝日休み) 10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会西野ふれあいカフェ香呂西野集会所第3日曜日 10:00~11:45(現在、休止中)認知症サロン溝口溝口公民館第1.3.4.5月曜日 10:00~11:00体操、茶話会、歌満口ホームタウン いきいきふれあい会第4月曜日 9:00~12:00レクリエーション、茶話会Lively田野公民館第1.3 木曜日 10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会たりています会溝口ニュータウン第1.3 木曜日 10:00~11:00茶話会、囲碁、折り紙、		がノロムバは	10:30~11:30	TIM NET V V NEI A
10:45~11:45 10:45~11:45 10:45~11:45 10:00~11:00 本操、レクリエーション、茶話会 10:00~11:00 本操、レクリエーション、茶話会 第3日曜日 10:00~11:45 第1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 本一ムタウン ホームタウン集会所 第4月曜日 9:00~12:00 アクリエーション、茶話会 上ively 田野公民館 第1.3 木曜日 10:00~11:00 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本操、レクリエーション、茶話会 本提 本操、レクリエーション、茶話会 本提 本提 本語会、囲碁、折り紙、	冰万亭	九仁縣八尺 館	第 1~4 水曜日	しカリエーション、脳トレ、苯軒卒
認知症サロン「ゆず」北恒屋公民館10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会西野ふれあいカフェ香呂西野集会所第 3 日曜日 10:00~11:45(現在、休止中)認知症サロン溝口溝口公民館第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00体操、茶話会、歌溝口ホームタウン いきいきふれあい会第 4月曜日 9:00~12:00レクリエーション、茶話会上ively第 1.3 木曜日 10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会赤りています会溝口ニュータウン第 1.3 木曜日 第 1.3 木曜日本語会、囲碁、折り紙、	未义立	中门封公氏版	10:45~11:45	レノリエーション、脳ドレ、宋品云
西野ふれあいカフェ 香呂西野集会所 第 3 日曜日 10:00~11:45 第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:45 第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 株操、茶話会、歌 第 4月曜日 10:00~12:00 第 4月曜日 9:00~12:00 第 1.3 木曜日 10:00~11:00 株操、レクリエーション、茶話会 第 1.3 木曜日 10:00~11:00 茶話会、囲碁、折り紙、		北村巨公尺統	毎週月曜日(祝日休み)	仕場 しカリエ ミュン 茶託 会
西野ぶれあいカフェ 香呂西野集会所 10:00~11:45 (現在、休止中) 10:00~11:45 第 1.3.4.5 月曜日 10:00~11:00 体操、茶話会、歌 ボームタウン 第4月曜日 9:00~12:00 第 1.3 木曜日 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 第 1.3 木曜日 10:00~11:00 茶話会、囲碁、折り紙、	1874年プロンパタ9]	心但產公氏點	10:00~11:00	体保、レグリエージョン、余品云
10:00~11:45	一	本 早而昭 生 仝所	第3日曜日	(現在、休止中)
認知症サロン溝口溝口公民館10:00~11:00体操、茶話会、歌溝口ホームタウン いきいきふれあい会第4月曜日 9:00~12:00レクリエーション、茶話会Lively田野公民館第1.3 木曜日 10:00~11:00体操、レクリエーション、茶話会たりています会溝口ニュータウン第1.3 木曜日茶話会、囲碁、折り紙、		日口口玎未厶ጠ	10:00~11:45	(SCIEC MIE-1-)
第1:00~11:00 第4月曜日 ロラリエーション、茶話会 第1.3 木曜日 大りています会 第1.3 木曜日 本日の一方では、本日の子の子では、本日の一方では、本日の一方では、本日の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子の子	一切のウナロンが集口	港口 小足館	第 1.3.4.5 月曜日	休堤 苯託仝 勁
いきいきふれあい会 第1.3 木曜日 はいとします会 第1.3 木曜日 かりています会 第1.3 木曜日 な操、レクリエーション、茶話会 本場、レクリエーション、茶話会 本場、レクリエーション、茶話会 本語会、囲碁、折り紙、	認知近ソロン再口	一种口公氏品	10:00~11:00	冲床、宋 前云、歌
いきいきふれあい会 9:00~12:00 Lively 第1.3 木曜日 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 たりています会 第1.3 木曜日 茶話会、囲碁、折り紙、	溝口ホームタウン	ホールタウン集合部	第4月曜日	しカリエーション 苯託合
Lively 田野公民館 10:00~11:00 体操、レクリエーション、茶話会 赤りています会 第1.3 木曜日 茶話会、囲碁、折り紙、	いきいきふれあい会	ハームメリン未云川	9:00~12:00	レンリエーション、余品云
10:00~11:00 満口ニュータウン 第 1.3 木曜日 茶話会、囲碁、折り紙、	Lively	田野公民館	第 1.3 木曜日	体操、レクリエーション、茶話会
たりています会			10:00~11:00	
集会所 9:00~10:30 脳トレ、レクリエーション	たりています会	溝口ニュータウン	第 1.3 木曜日	茶話会、囲碁、折り紙、
		集会所	9:00~10:30	脳トレ、レクリエーション



地域包括支援センターがサロンの運営を支援します。 参加・登録・開設についてお気軽にご相談ください。



☆各種講座のご依頼も承ります。

フレイル予防・健康講座・認知症について・介護保険・権利擁護に関する講座など、出張講座ご依頼を承ります。 香寺地域包括支援センターまで、お問い合わせください。

いろいろな手口!

消費者被害が増えています!

令和5年度に姫路市消費生活センターに寄せられた新規相談件数は4689件、 継続相談件数は 2060 件、受付総数は 6749 件でした。(姫路市ホームページより引用) 気になることがあれば、香寺地域包括支援センターにもご相談ください。

還付金・払戻金がある

◎役所の職員を名乗る者から「介護保険料が過払 いになっている。返金手続きのため、銀行のATM へ行って下さい。」と電話があった。

☞「環付金がある」「暗証番号を教えて」 特殊詐欺に

「ATMへ行って」は詐欺!!

不用品の買い取り

◎「靴 1 足から引き取る。」と電話があり、業者が 訪問してきた。用意していたものは商品にならない と言われ、貴金属や時計を要求された。明細を確認 すると、2000円で24点の品物が取引きされていた。

> **□**知らない人を家にあげない。 相手の身分を確認しましょう。

下水のつまりを点検できる

◎3000 円で下水の詰まりを確認できると言われ たが、コンクリートを削りはじめたら 70 万円か かるといわれた。近所の人が追い返してくれた が、コンクリートはヒビが入ったままである。

☞高額な工事代金を請求する事例あり。 8日以内ならクーリングオフが可能。

気になることがあれば迷わず電話

施設に入所できる

- ◎東京の地域包括支援センターの職員を名 乗る者から「施設に入所できるのですが、一 人暮らしですか。」と電話があった。
- **☞**一人暮らしかの確認をしている。
- ☞家族構成など、個人情報は電話で話さない。

(姫路市地域包括支援センター 被害報告より)

消費者ホットライン 局番なし 188 (いやや)

高齢者の身近な相談窓口

姫路市香寺地域包括支援センター

受託法人:社会福祉法人 徳宗福祉会

地域包括支援センターは、市が設置している高齢者相談窓口です。 まずは、お気軽にお電話ください。自宅にお伺いしての相談にも応じます。

姫路市香寺町中屋 14(香寺事務所 3 階)

5 079-232-3337

●相談受付時間 平日8:35~17:20

※緊急時は休日・夜間の相談も可能です。

いつでも気軽にご相談ください





