～暮らしやすい・住みやすい中泊町に～

いきいきだより

☆タイトルの色塗り協力：こども園こどまり５歳児「さざえさん組」の皆さん☆

さとう りゅうびさん　くぼた さくとさん　あきた れんさん
ますた そうたさん　はせがわ りよさん
さとう みのりさん　こしの ゆずかさん

第４号　令和４年２月発行

中泊町地域包括支援センター

中里字宝森 70 番地１　体育センター内
電話：0173-57-3601
メール：
nakadomari-houkatu@bz01.plala.or.jp

小泊支所内
電話：0173-64-2003

地域包括支援センターは、ご高齢者が可能な限り住み慣れた地域で暮らし続けることができるように相談を受ける「総合相談窓口」です。

困った・悩んだ時は、まずは包括支援センターへ！

地域包括支援センターに寄せられる相談で特に多いのが、介護保険のサービス利用に関する相談です。介護保険以外でも、困りごとがある方は、まずは包括支援センターまでご連絡ください！

毎日、同じものを探している。

隣の家から、毎日食器が割れるような音が聞こえる。

地域の高齢者と交流できるところを知りたい。

自分に合う杖や、手すりなどを使いたい。

包括支援センターまで、ご連絡ください！

相談は無料です。
解決に向けて、一緒に考えます。

地域ケア会議

検討

個別会議

課題

運営会議

検討

推進会議

医療や福祉のいろいろな専門職・いろいろな機関が集まり、地域課題を把握し、住みやすい中泊町になるよう、話し合いが行われます。

～地域ケア会議から誕生したもの！～

「駅ナカ学校」

「中泊町徘徊高齢者等 SOS ネットワーク」

消費者被害

訪問販売で、高額な商品を買わされた。

電話で断ったのに、代引配達で商品が送り付けられた。

通販サイトで購入した商品が届かず、販売業者と連絡が取れない。

消費者ホットライン
TEL（局番なし）１８８（いやや）

中泊町は、こちらに繋がります。

五所川原市消費生活センター

または、青森県消費生活センター

TEL：0173-33-1626
または　0173-26-5581

テルミちゃん☎（Tel Me）

このような場合は、ご相談ください！

消費生活センターでは、専門的な知識と経験を持つ消費生活相談員が、商品やサービスの契約に伴うトラブル、架空請求などに対する相談に応じます。

包括支援センターでは、相談を受けると消費生活センターと連携をとり、被害を未然に防ぐことに努めています。

いきいき百歳体操☆世話人さんインタビュー
（R4.１月現在）

☆下前地区☆
♪成田つり子さん♪

※写真撮影時のみ、マスクを外しました。

下前地区は、会員 28 名、他の地区と違い、若い世代の人が多く、参加者は少ないのですが、毎回、和気あいあいとした雰囲気で活動しています。いきいき百歳体操だけでなく、お口の体操パタカラ体操も行っています。誰でも、年老いてきます。健康寿命を伸ばそうと、日々、頑張っています。どなたでも、気軽に参加いただけたらと思っています。

毎週月曜日、すくすくしたまえ館、午後１時半～2 時半迄。お待ちしています！

※下前以外でも、深郷田、富野、尾別、上高根、今泉、向町、小泊、下豊岡・福浦においても活動中です！
興味のある方はいつでもお気軽に包括支援センターまでお問い合わせください。

～皆さんの声をお聞かせいただけませんか？～

より一層充実した広報を提供するため、Google フォームにて、アンケートを受け付けております。

アンケート

～オンライン相談始めました～

Zoom を利用して相談が可能になりました。詳細は、フェイスブックかブログにてご確認ください。

ズーム相談

～編集後記～

第３号から、町内の医療機関や金融機関、郵便局、公民館、役場へ配置・掲示を依頼しています。また、こども園こどまり「さざえさん組」の皆さんに、可愛くタイトルの色塗りを手伝ってもらいました！皆さん、ご協力ありがとうございました！

担当　鍋田