

# 京田辺市地域包括支援センター あんあん だより

R 3.11月 発行

こんにちは！京田辺市地域包括支援センターあんあんです。  
徐々に寒くなってきました。体をいたわりながら過ごしましょう。  
2号では、テーマを3つに絞ってお伝えします。



新型コロナウイルス感染症のいま  
感染症に気をつけましょう  
いつまでもつながってこか京田辺

京田辺市地域包括支援センターあんあんは、高齢者のみなさんが  
いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・  
福祉・健康・医療など、様々な面から支えるための市の機関です。  
保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等が連携し、相談に対応  
します。こんなときには、「あんあん」にご相談ください。



- ・要介護にならないように予防したい
- ・介護、医療、福祉のサービスを利用したい
- ・認知症について知りたい
- ・成年後見制度について知りたい
- ・近所の高齢者が気になる

※あんあんの連絡先・所在地は裏面をご覧ください。

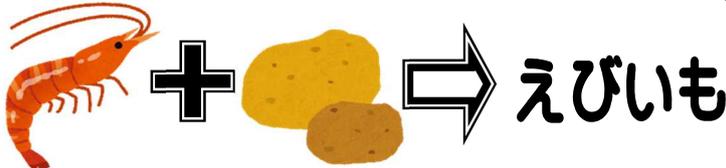
あんあんという愛称には「あんぜんあんしん」「あ〜ん」まですべてという意味が込められています

レッツチャレンジ！！

脳をきたえよう(脳トレ)

何を意味しているでしょう。

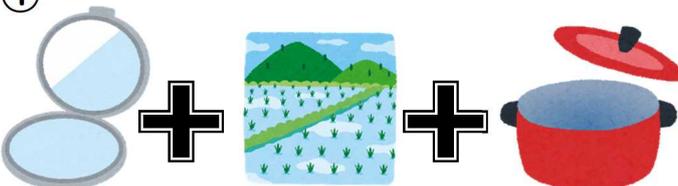
例)



②



①



※答えは、最終ページ下にあります。

## みんなで歩こうウォーキング

京田辺市の「水辺の散策路」を活用し、【歩くこと】で介護予防につなげましょう。京田辺市シルバー人材センターの会員が引率者として、皆さんと一緒に歩きます。

### 【持ち物など】

飲料・タオル

歩きやすい服装でお越しください。

### 【主なルート】

馬坂川・防賀川 ふるさとの川ルート

普賢寺川 いっぷくルート お茶どころルート

同志社ルート

虚空蔵谷川 桜並木ルート 歴史ルート

手原川 一休みルート

天津神川・馬坂川 木津川つつみルート

遠藤川 おんころどん・神楽ルート

防賀川 市の要ルート

※ルートにより集合場所が異なります。

詳しくは、下記へお問い合わせください。

### 【問合せ先】

公益社団法人京田辺市シルバー人材センター 電話 0774 - 64 - 8822



## 感染症に気をつけましょう

新型コロナウイルス感染症だけでなく、冬場は様々な感染症が流行する可能性があります。特にインフルエンザは高齢者の場合、重症化することがあります。感染症予防を続けましょう。

①インフルエンザの予防には、ワクチン接種が有効です。✳



②手洗いやアルコール製剤による手指衛生も有効です。



③感染を広げないために“咳エチケット”“マスクの着用”を心がけてください。



## 図書館展示

令和3年8月17日から9月3日まで中央図書館にて認知症関連図書の展示と貸出しを実施しました。認知症について解説したものだけではなく、小説や自叙伝、子ども向けの絵本など、幅広い分野の本を展示し、たくさんの方に手に取っていただきました。

※期間中、約360冊貸出し



## キャンドルライトアップ

市では、世界アルツハイマー月間(9月)に合わせ、様々な場所にオレンジ色に光るキャンドルを設置し、キャンドルライトアップを行いました。スーパーや銀行、郵便局にも設置していただき、認知症についての周知を行いました。



はじめまして♪認知症サポートキャラクターの「え〜る」と言います。  
 “いつまでも つながつとこか 京田辺” を合い言葉に、市の木(ナンキンハゼ)と市の花(ヒラドツツジ)から生まれました。

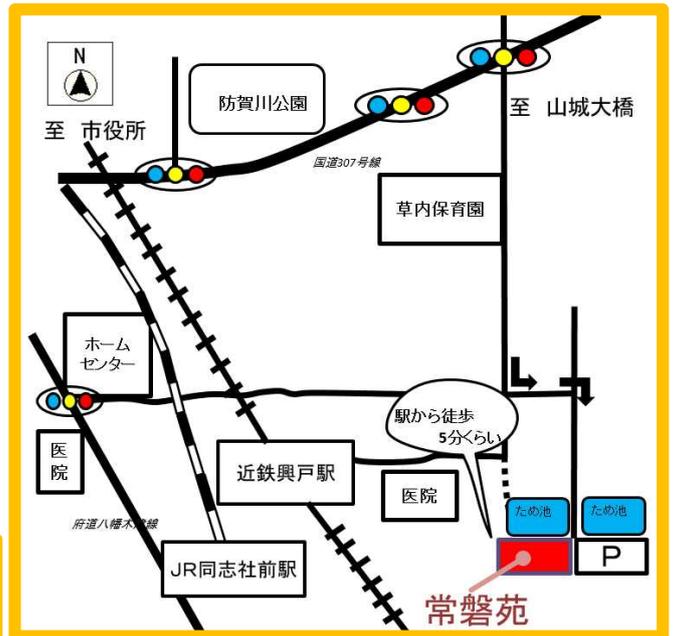
①考え〜る ②伝え〜る ③支え〜る ④夢叶え〜る ⑤また会え〜る  
 を大切に、みなさんを応援します(エールを届けます)ので、よろしくお願いいたします。



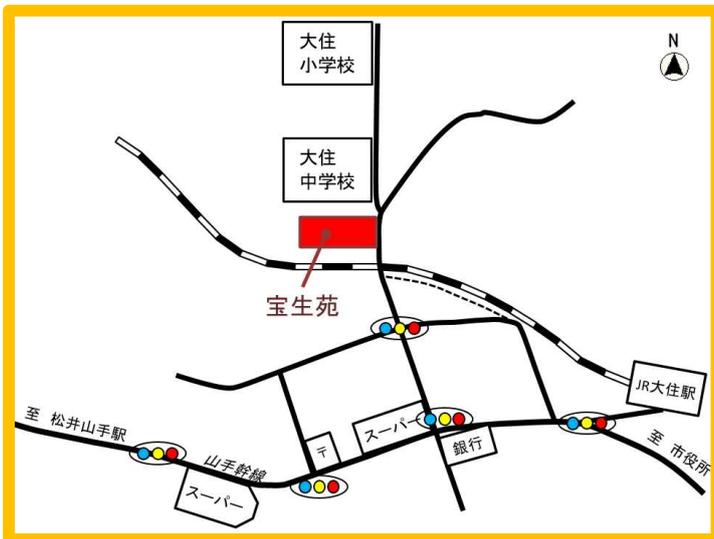
あんあん市役所



あんあん常磐苑



あんあん宝生苑



あんあんへのご相談・お問い合わせはこちらへ

地域包括支援センター	住所・電話	担当地域
あんあん市役所	京田辺市田辺 80 Tel 63-1268	田辺、一休ヶ丘、薪、新田辺西住宅 新田辺東住宅、河原、興戸
あんあん常磐苑	草内五ノ坪 6 Tel 68-1310	草内、新興戸、飯岡、東、府営住宅、山本、高木、 二又、南山東、南山西、山崎、出垣内、江津、 宮ノ口、同志社、同志社山手、多々羅、普賢寺、 水取、天王、打田、高船
あんあん宝生苑	大住内山 7 Tel 68-0705	松井、西八、東林、岡村、三野、花住坂、松井ヶ丘、 山手東、山手中央、山手南、山手西、大住ヶ丘、 健康村、健康ヶ丘、大住飛地
開所時間：8：30～17：15 休業日：土、日、祝日、年末年始		相談は無料です。 お気軽にご相談ください。

※レッツチャレンジの答えは、①京田辺 ②甘南備山でした。