京田辺市地域包括支援センター あんあん　だより

R8.11　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。寒さも厳しくなってきました。日頃からバランスの良い食事と体力作りを心がけ、冬の寒さを乗りきりましょう！今号は以下の５つのテーマをお伝えします。

- 京田辺市地域包括支援センターの窓口・電話受付時間の変更について
- ワンダフルカフェがオープンしました！
- ヒートショックから身を守ろう
- いつまでもつながっとこか京田辺
- 高齢者支援事業のご紹介







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、地域包括支援センター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

京田辺市地域包括支援センターあんあんの問い合わせ先

◯あんあん市役所　６３－１２６８　田辺８０番地 京田辺市役所２階⑦番窓口

◯あんあん常磐苑　６８－１３１０　草内五ノ坪６番地

◯あんあん宝生苑　６８－０７０５　火～金：大住内山１－１（北部住民センター）

月　：保健センター(市役所隣)

土日祝休み。月～金曜日　開所時間：９：００～１６：３０

相談は無料です。お気軽にお問い合わせください。

京田辺市地域包括支援センターの窓口・電話受付時間変更について

令和8年10月1日より職員が窓口対応や事務処理の効率化を進め、より良い市民サービスを提供するため、全庁的に窓口業務受付時間を変更いたします。
つきましては、地域包括支援センターにおいても以下のとおり変更となります。
ご理解のほどよろしくお願いいたします。

【変更前】	【変更後】
（平日）8時30分から17時15分	（平日）9時から16時30分

ワンダフルカフェがオープンしました！

令和８年６月より京田辺クロスパークに認知症カフェの機能をもった
多世代交流カフェ「ワンダフルカフェ」がオープンしました！
同志社女子大学の学生が主体となり、ボランティアの方と
協力して様々なイベントを企画しています。

日　時：月１回　１０時～１１時３０分
（※詳しい日程はお問い合わせください。）
場　所：京田辺クロスパーク　多目的室
参加費：３００円（ドリンク付）
カフェのロゴ入り専用ボトルを会場にて販売中♪
専用ボトル持参で参加費２００円（ドリンク付）



Wonderful Cafe
ワンダフルカフェのロゴ

お問い合わせ先
地域包括支援センターあんあん市役所
TEL：６３－１２６８

レッツチャレンジ

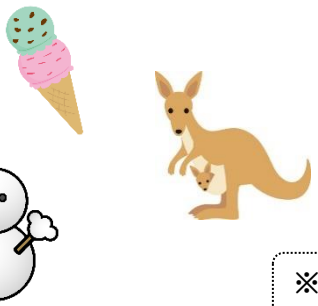
脳をきたえよう（脳トレ）

ことばさがし　次のお題にそって、できるだけたくさんの言葉を考えてみましょう。

① 「あ」からはじまる食べもの

② 「か」から始まる動物

③ 冬を連想するもの



※答えは、最終ページ下にあります。

ヒートショックから身を守ろう！

ヒートショックとは急激な温度変化による体調不良のことです。
高齢になると血圧を正常に保つ機能が低下し、脳梗塞や心筋梗塞など命の危険につながる病気をおこすこともあります。

ヒートショックが発生しやすい場所として、浴室やトイレがあります。10 度以上の温度差があると発生しやすくなります。



【予防法】

- 暖房器具等を使用し、脱衣所や浴室を暖めましょう。
- 湯温は 41 度以下にし、お湯につかる時間は 10 分までにしましょう。
- 体内の水分が不足すると脳梗塞のリスクが高まるため、こまめに水分補給をしましょう。
- 血管力を高めるために、青魚や果物、野菜の摂取を心がけましょう。



いつまでも つながっとこか 京田辺

☆作品展（令和８年８月17日～９月４日）

市役所庁舎２階市民ロビーにて開催しました。会場には、市内６カ所の認知症対応型デイサービス・グループホームの利用者の作品を展示しました。















☆図書展示・貸出（令和８年８月18日～９月11日）

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。認知症についてだけでなく、高齢者の生きがいや運動、子ども向けの絵本、雑誌など幅広い分野の本を展示しました。多くの方に手に取っていただきました。（右側写真）



高齢者支援事業のご紹介

※介護保険の認定を受けておらず、
申請もしていない方向け

介護予防安心住まい推進事業費助成金支給事業・高齢者向け居住設備改善費補助金支給事業

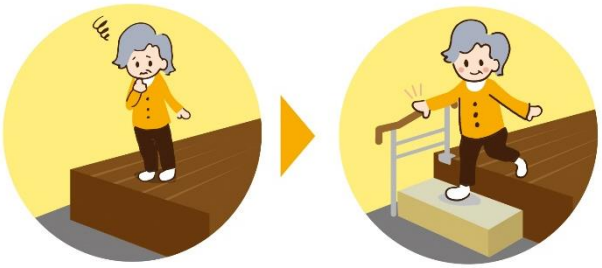
自宅で安心して過ごせるように住まいを改善する工事費用の一部を補助します。

対象となる方・補助額など

事業名	介護予防安心住まい推進 事業費助成金支給事業	高齢者向け居住設備改善費 補助金支給事業
条件	65 歳以上の人で、工事前の申請時において介護保険の認定を 受けておらず、認定を受けるための申請もしていない人	
	市町村民税非課税世帯である人	京田辺市税を滞納していない人
補助率	３分の２	２分の１
支給上限額	１６万円	１０万円

対象となる工事

①手すり設置　②段差解消
③床材変更　④扉の取替え
⑤洋式便器への取替え
⑥　①～⑤に伴って必要となる工事など



POINT

・工事前の事前申請が必要です。（工事後の申請は対象外）
・両制度を合わせて１つの住宅につき１回までの支給となります。
・工事業者の指定はありません。（市内外問わず）

申請書類や手続きの流れなどについては
高齢者支援課までお問い合わせください。

**このページについての
お問い合わせはこちら**

高齢者支援課
0774-63-1307

※レッツチャレンジの答え（一例）
①アイス、あんぱん、アジ、アスパラガス　　②カンガルー、カバ、カピバラ、カワウソ
③雪だるま、クリスマス、お正月、こたつ、マフラー、イルミネーション　　など

