

平成 29 年度

# 岡山市地域包括・介護予防センターフェア ～元気にいきいき介護予防～

日時

6月22日(木)・23日(金)  
10:00～15:00

体験、参加してくれた方には  
すてきなプレゼント  
があるよ!

場所

岡山市役所 1階市民ホール



活動紹介とともに、明日からの介護予防に活かしていただきたい体験コーナーや相談コーナーを用意しました。皆さま、お誘いあわせのうえ、お越しください。

## 体験コーナー

簡単操作で気軽にできます!

## 相談コーナー

New!!

タッチパネル(もの忘れ相談プログラム)

New!!

骨密度測定

噛む力は大丈夫?  
～ガムを噛んでチェックしてみましょう～

全身反応時間測定

ロバ隊長マスコット作り

足指力測定

片足立ち測定

脳トシ・認知症予防

### 当日予約制

- ・22日
- ①10:30～12:00
- ②13:00～15:00
- ・23日
- ①10:30～12:00
- ②13:00～14:00

保健師・社会福祉士・  
ケアマネージャーによる  
介護相談・高齢者相談



50名限定!(各日25名程度予定)  
結果のアドバイスあり!

「岡山市行方不明高齢者  
さがしてメール事業」  
家族・本人による登録・協力者の登録が行えます!



## 展示コーナー

減塩  
免疫力UP  
便秘解消  
骨粗鬆症予防

1日の食事の摂取量目安の資料

レシピ紹介・フードモデル展示

地域包括支援センター活動紹介

介護予防センター活動紹介

認知症等パネル展示

あっ晴れ!  
もも太郎体操 10:00～10:30

時間は両日とも



お問い合わせ先

お近くの地域包括支援センターまたは分室にご連絡  
ください。(連絡先は裏面をご覧ください)

主催 (公財) 岡山市ふれあい公社

岡山市地域包括支援センター  
岡山市ふれあい介護予防センター

## ◆◆地域包括支援センターってどんなところ?◆◆

地域包括支援センターは、地域で暮らす高齢者のみなさんを保健・医療・福祉・介護などさまざまな面から総合的に支える機関です。保健師・看護師、主任ケアマネージャー、社会福祉士が配置されており、小学校区担当制で、地域により密着した活動を行い高齢者のご相談に応じます。各福祉事務所所管区域の他、身近な相談窓口として分室を設置しています。

設置・運営については、岡山市から（公財）岡山市ふれあい公社が委託を受けています。



### 地域包括支援センター一覧

センター名	所在地	電話番号	担当地域(中学校区)
岡山市北区中央地域包括支援センター	北区鹿田町1-1-1 (岡山市保健福祉会館内)	224-8755	岡輝・石井・桑田・ 岡山中央の一部
北方分室	北区北方1-10-20	201-7201	岡北・岡山中央の一部
平田分室	北区平田407 (ひらた旭川荘内)	239-9211	御南・吉備
岡山市北区北地域包括支援センター	北区谷万成2-6-33 (北ふれあいセンター内)	251-6523	中山・香和・京山
高松分室	北区門前392-1	287-9393	高松・足守
御津分室	北区御津金川449 (岡山市御津保健福祉ステーション内)	724-4611	御津
建部分室	北区建部町福渡489 (岡山市北区役所建部支所内)	722-3300	建部
岡山市中区地域包括支援センター	中区桑野715-2 (岡山ふれあいセンター内)	274-5172	富山・操南
中区分室	中区赤坂本町11-47 (岡山市中区福祉事務所内)	206-2871	東山・操山
高島分室	中区国府市場32-12	275-3205	高島・竜操
岡山市東区地域包括支援センター	東区西大寺中2-16-33 (西大寺ふれあいセンター内)	944-1866	西大寺・上道・上南 山南・旭東
瀬戸分室	東区瀬戸町瀬戸45 (岡山市東区役所瀬戸支所内)	952-3883	瀬戸
岡山市南区西地域包括支援センター	南区妹尾880-1 (西ふれあいセンター内)	281-9681	妹尾・福田・興除
灘崎分室	南区片岡159-1 (岡山市ウェルポートなださき内)	363-5070	藤田・灘崎
岡山市南区南地域包括支援センター	南区福田690-1 (南ふれあいセンター内)	261-7301	芳泉・芳田・福浜
市場分室	南区市場1-1 (岡山市中央卸売市場内)	239-9151	福南・光南台

## ◆◆介護予防センターってどんなところ?◆◆

介護予防センターとは、看護師・理学療法士・作業療法士・歯科衛生士・管理栄養士・介護福祉士・健康運動指導士の専門職により、「運動」「食事」「こころ」の3つをテーマに『介護予防』を総合的に支援する機関です。

いつまでも住み慣れた地域で自分らしい生活を続けられるように、今から介護予防に取り組んでみませんか。

設置・運営については、岡山市から（公財）岡山市ふれあい公社が委託を受けています。

### 【問い合わせ先】

名称	所在地	電話番号
岡山市ふれあい介護予防センター	岡山ふれあいセンター内	274-5211
岡山市ふれあい介護予防センター 北事務所	北ふれあいセンター内	251-6517
岡山市ふれあい介護予防センター 南事務所	南ふれあいセンター内	230-0315