

火曜の
午後は...

シニアわいわいカフェ

医療 介護 ボランティア

ニルスの会では、住み慣れた地域で安心して住み続けられることを目的に、さまざまな活動をしています。特に、毎週火曜日の午後は、医療・介護について勉強しよう！



「医療・介護に関するなんでもカフェ」 (13:00～14:30)

介護や医療サービスのこと、サロンなど地域の社会資源の使い方については、よく分からないですね。ここでは、これまでの相談事例などを参考に、皆さんとお茶を飲みながら分かりやすくお話しをします。終了後、個別相談も行っています。

開催日 **6/4(火)**
7/2(火) 講師 **堀 純也 氏** (社会福祉士・介護福祉士・ケアマネジャー)
医療法人社団豊生会 ライフプランセンターひまわり 所長

「ボランティア活動実践講座」 (13:00～15:00)

ニルスの会では、4月よりポイント制度を導入した「地域助け合い活動」をスタートしました。いつまでも、住み慣れた場所で安心して暮らすために「ちょっとしたお手伝いを必要としている方がいます。」これらの方へのお手伝いを募集しています。詳細は講座の中で詳しくご説明いたします。みなさん、是非参加して、一緒に始めましょう。

開催日 **6/11(火)・7/9(火)** 講師 **長井 卷子 氏** 医療法人社団豊生会
地域包括ケア推進部 主幹

「医療の専門家がやさしくお話しします」 (13:00～14:30)

誰もが安心して暮らし続けるために分かりやすくお話しします。気兼ねなく、参加できます。お茶を飲みながら気楽に参加しましょう。

開催日 **7/16(火)** 「東区における生活体制整備事業の進捗状況について」
講師 **高橋 悦子 氏** 医療法人豊生会 リハビリ・医療・介護総合相談センター相談員
東区第2層生活支援コーディネーター(元町・伏古本町・札苗地区担当)

7/23(火) 「お家でも気軽に出来るリハビリの方法について」
講師 **水谷 桂吾 氏** 介護老人保健施設ひまわり 支援相談員 介護福祉士

「地域のお医者さんのお話を聞こう」

長年、地域の産婦人科の拠点として活動していた「伏古レディースクリニック」は、4月から、女性のトータルヘルスケアを合言葉に、育児相談や幼少期からすべての年代についての女性特有な疾患、悩み事の相談を受けるクリニックとして再スタートしました。

開催日 **6/18(火)** 「更年期障害について～更年期を上手に乗り切るには～」
(13:00～14:00) 講師 **水上 明保 氏**(医師) 医療法人社団豊生会 伏古レディースクリニック院長

苗穂通りクリニックは、医療・介護を総合的に提供し、地域の皆さんの健康づくりや病気の予防のため、内科全般の診療を行っているとともに、在宅での療養を継続される皆さんへの訪問診療を行っています。

開催日 **6/25(火)** 「慢性閉塞性肺疾患(COPD)のお話し」
(13:00～13:30) 講師 **石黒 昭彦 氏**(医師) 医療法人社団豊生会 苗穂通りクリニック院長

会場

苗穂通りケアサポートセンター内
地域交流センター伏古

〒007-0866 札幌市東区伏古6条4丁目1-18

連絡先 ☎011-789-8800

平日 9:00～17:00 土・日・祝日 休み