

# 神科包括だより

第14号  
2021年10月

## 神科地域包括支援センターとは？

神科地区と豊殿地区にお住いの高齢者のみな様が、住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるよう、保健師・社会福祉士・主任介護支援専門員などの職員が介護・福祉・保健など様々な相談を受け付け、関係機関と連携を取りながら支援をおこないます。

(神科地区) 畑山・伊勢山・富士見台・神科新屋・野竹・西野竹・笹井・川原・岩門・染屋・蛇沢  
金井・大久保・長島・金剛寺・住吉が丘

(豊殿地区) 森・漆戸・大日木・長入・小井田・宮之上・中吉田・町吉田・下吉田・  
ひかり・桜台・林之郷・下郷・岩清水・矢沢・赤坂



職員は5名です

後列左から

**飯島 恵子** (主任介護支援専門員)

**麻生 幸人** (管理者・生活支援コーディネーター)

前列左から

**柳沢 直美** (社会福祉士)

**中込 郁恵** (保健師) 令和3年9月入職

**増沢 絵麻** (社会福祉士)

まずは電話でお問い合わせください。  
職員がご自宅へ訪問しお話をお聞きします。  
事務所へ来て頂き相談することも可能です。

【営業日時】

月曜日～金曜日 8:30～18:00



土曜日 8:30～12:30

上田腎臓クリニック  
東側の駐車場(第2  
駐車場)奥の建物  
の1階が事務所に  
なります



## 神科地域包括支援センター

【住所】〒386-0002 上田市住吉322番地(上田腎臓クリニック内)

【電話】0268-27-2881

【FAX】0268-27-6703

【Mail】houkatsusien@po2.ueda.ne.jp



# 神科豊殿地区 地域リハビリテーション活動の紹介



## 「地域リハビリテーション活動」

身近にある会場で、専門の講師による健康づくり体操を月1回1時間程度おこないます。地域の住民のみなさんにより運営されており、参加者同士の交流の場にもなっています。

自治会	団体名	会場	開催日時
伊勢山	体力づくりクラブ	伊勢山集会所	第4木曜日 14:00
神科新屋	ふれあい体操教室	神科新屋生活改善センター	第2木曜日 10:00
富士見台	レインボー富士見	富士見台自治会館	第2月曜日 10:00
笹井	健康体操	笹井公民館	第1木曜日 10:00
岩門	つくし会	岩門公民館	第4金曜日 13:30
染屋	ふれあいサロンそめや	染屋自治会館	第2金曜日 13:30
蛇沢	ハッピー体操へびさわ	蛇沢自治会館	第3水曜日 10:00
金井	金井いきいき体操	金井自治会館	第2火曜日 13:30 第4木曜日 13:30
大久保	スマイル大久保	大久保公民館	第3水曜日 14:00
長島	キラキラ体操長島	長島自治会館	第3水曜日 13:30
森	もりもりクラブ	森公民館	第4月曜日 9:00
中吉田	みんななかよしだ!	中吉田公民館	第3金曜日 13:30
下吉田	下吉田健康体操教室	下吉田生活改善センター	第2火曜日 9:30
赤坂	赤坂長寿会体操教室	赤坂公民館	第3水曜日 13:00
小井田	hinata bocco健康体操	hinata boccoとよさと	第2火曜日 13:30

★ 新規で地域リハ活動を始めたい方、興味のある方、神科包括までご連絡ください

## サロン・ド・神豊

介護予防体操・レクレーションなどをおこないます

第1・第3月曜日 10:00~11:30 豊殿地域自治センター 多目的ホール

第2・第4水曜日 10:00~11:30 上野が丘公民館 大ホール

- 各会場定員を30名とさせていただきます。事前に神科包括まで申し込みをお願いします。
- 参加費は無料です。動きやすい服装で、水分補給用の飲み物を持参して下さい。
- 上田圏域の新型コロナ感染警戒レベルがレベル4以上で、開催は中止とさせていただきます。



## 上田市認知機能検査



- 市民のみなさまに、体だけではなく脳の健康にも関心をもっていただき、普段の生活を見直したり、必要があれば治療につなげていくためのものです。
- 「あたまの健康チェック」の設問に答えていただきます。所要時間は30分程です。
- 実施場所は、ご自宅か神科包括になります。
- 神科包括では予約制となっておりますので、ご希望の方は事前にご連絡ください。

注:この検査は認知機能の低下を早期に発見するものです。認知症かどうかの判定をするものではありません。

## 特殊詐欺に注意!

- 上田市内で特殊詐欺の被害が増えています。
- キャッシュカードを渡さない
- 暗証番号を教えない
- ひとりで判断せず、必ず誰かに相談する
- 留守番電話に設定する、知らない番号からの電話に出ない

☎ 上田警察署  
0268-22-0110

☎ 上田市消費生活センター  
0268-75-2535

