

令和6年度春夏号(第20号)

【発行】

令和6年5月

【発行元】

地域包括支援センター

聖テレジア第2

鎌倉市津 602-184

0467-38-6612

包括聖テレジア 第2便り



こんな時はご相談ください。

ひとり暮らしを
続けられるか不安

生活全般の相談を
お受けします。

お金の管理や
契約に自信がない

高齢者の人権や財産を守るための
制度、専門機関を紹介します。

最近、近所の高齢者
を見かけない

そのお宅に訪問して
ご様子を伺います。

親が認知症か
もしれない

専門医療機関等
を紹介します。

体操サークルや介護保険
サービスの紹介をします。

足腰が
弱ってきた

介護保険の
サービスを利用したい

申請のお手伝い
をします。

地域まるめの総合相談・支援窓口

などなど・・・

【地域包括支援センター聖テレジア第2の概要】

所在地 : 〒248-0032 鎌倉市津 602-184

担当地区 : 腰越(1~5丁目除く)、津、西鎌倉、手広、鎌倉山

開所時間 : 月曜日~土曜日 8:30~17:00 (休日でも電話相談は可能です)

電話 0467 (38) 6612

1年後も3年後も健康で楽しくあるように

手広ポールウォーキングの会 会員募集!

- 活動日時: 毎月第2第4水曜日 10:00~11:30
- 活動場所: 手広東公会堂
- 講師: ソーシャルフィットネスコーチ 鈴木 善博
- 会費: 500円/回
- 活動内容: ヒモやポールを使ったストレッチと筋トレ



冷暖房完備の室内でストレッチとトレーニングをします。
天気が良ければ外の広場でも運動をします。続けると
姿勢が良くなると好評です。見学からでもOKですよ。

お問い合わせ

児玉さん 32-4182 高山さん 31-1454 お待ちしています!

地域包括支援センター聖テレジア第2は、腰越(1~5丁目除く)、津、西鎌倉、手広、鎌倉山の高齢者をはじめとした総合相談窓口です(鎌倉市より受託)。暮らしの中で「困った」「どうしよう」がありましたら当センターにご相談ください。相談は無料、秘密は厳守します。 電話 0467-38-6612



渡辺です



佐藤です



椎原です



陣内です



山縣です

似顔絵作成協力: かまくら似顔絵倶楽部 青木ゆきお 様

