

釧路市音別地域包括支援センターだより

2023年5月発行 第68号

衣料展示販売会が開催されます

今年も「きりんや」「音別町商工会」「おんべつ学園」にご協力いただき開催されます！！当日は衣料品や靴など多彩なラインナップで皆様のご来場をお待ちしています。

日時：6月1日(木) 10時30分～14時

会場：ルート38音別館 おんぽーと（音別町本町1-51）

おんぽーと前に停車するコミュニティバスのほか、おんべつ学園による無料送迎バスも運行されます。事前予約制となるため、乗車を希望される方は、5/25（木）までに下記までご連絡ください。

【無料送迎バス予約受付先】

釧路市音別地域包括支援センター 9-5252

高齢者の相談窓口 地域包括支援センター

令和5年度もよろしくお願ひいたします！

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、高齢者の生活に関わる様々な相談に応じております。

今年度は、山田・田中・池本の3人体制で、音別地区のみなさんが安心して過ごせるためのお手伝いをさせていただきたいと思っておりますので、いつでもお気軽にご相談ください。

職員紹介



4月から地域包括支援センターへ配属となりました、保健師の田中郁子です。地域包括支援センターでの勤務は初めてで、不慣れなことも多く、ご迷惑をお掛けすることもあるかと思いますが、お役に立てよう頑張りたいと思います。みなさんにお会いして、お話させていただくことを楽しみにしています。どうぞよろしくお願ひいたします。

<問合せ・受付先> 音別地域包括支援センター(音別町福祉保健センター内)

電話 9-5252 担当 山田・田中・池本

光回線の便乗勧誘に注意！！

このままでは固定電話が使えなくなる！？
それって光回線の“便乗”勧誘かもしれません！！



「このままでは固定電話が使えなくなる。光回線にした方がいい。」との触れ込みで、光回線の契約に勧誘するといった事例が、釧路市内でも確認されています。

NTT 東日本及び NTT 西日本は 2024 年 1 月以降、固定電話の IP 網への移行に伴い、電話会社内の設備の切り替えを予定しています。

IP 網移行の局内設備切替に伴う手続きは **不要** です！！

- 利用中の電話番号・電話機器等は、設備切替後も利用できます。
- 不要な勧誘はきっぱり断りましょう。

◎困ったことや、不安なときは、早めにご相談ください◎

音別地域包括支援センター
消費者ホットライン

9-5252
188

わかがえりレッスン DVD を無料配布しています！

「元気でいいんでない会」や「脳力アップ達人教室」で行われている「わかがえりレッスン」の DVD です。ストレッチや筋力トレーニング、脳活性化トレーニング、口腔ケア、リラクゼーションなど、自分のペースで行える内容となっています。教室だけではなく、ご自宅での介護予防として、このDVDをぜひご活用ください♪

対 象 : 65歳以上の市民の方で直接取りに来られる方
配 布 数 : 1人1枚まで
配 布 場 所 : 音別町福祉保健センター
問 合 せ : 9-5252

