

阿寒ほうかつ便り



2021年（令和3年）6月1日発行
釧路市阿寒地域包括支援センター
釧路市阿寒町中央1丁目4番1号
（阿寒町行政センター内）
電話 0154-66-1234

新型コロナウイルスワクチン接種に 便乗した詐欺行為等にご注意ください!!

高齢者への新型コロナウイルスワクチン接種の予約が始まりました。

阿寒ほうかつ便り 4月1日号でもお知らせしましたが、全国的に新型コロナウイルスワクチン接種に便乗した不審な連絡が相次いでいます。

ワクチンの接種は無料で、接種を受ける際の費用は全額公費です。

また、ワクチンの接種や予約において個人情報を聞き出す電話をかけたり、メールを送ったりすることはありません。

以下のような電話やメールがきたら注意してください。

- 「新型コロナウイルスワクチンが接種できる。後日全額返金されるので10万円を振り込むように」との不審な電話がかかってきた。
- 「お金を払えばワクチン接種の予約代行をする」と電話がかかってきた。
- 「ワクチン接種の優先順位を上げる」というメールが届いた。

※ 「不審な電話がきた」、「被害に遭いそうだ」「詐欺に遭ったかもしれない」と思ったときには、阿寒駐在所や、釧路市消費生活相談室、阿寒地域包括支援センターまでご相談ください。



～連絡先～

【阿寒駐在所】	TEL：66-3054
【釧路市消費生活相談室】	TEL：24-3000
【阿寒地域包括支援センター】	TEL：66-1234

短期集中予防サービスのご案内

足腰が弱くなった、むせやすい、固いものが噛みにくい、もの忘れなどの症状が気になっていませんか？

短期集中予防サービスは、住み慣れた地域で、自分らしくいきいきと暮らしていけるように日常生活に必要な筋力をつけ、お口や頭の働きの維持・向上を目指します。

サービスを利用できる方

- 運動機能やお口の機能に衰えを感じている方やもの忘れが気になる方
（いきいきセルフチェック：基本チェックリストで事業対象者に該当した方）
- 要支援1・2と判定された方

※送迎が必要な方は、ご相談ください

本町地区

「おりじん」複合コース ～約3ヵ月(全12回)

会場：鶴の園クリニックデイケア 【月曜午後】開始日：8/9、12/6

作業療法士等の指導のもと、日常生活に必要な筋力の維持・向上を目指し、集団体操やマシンを使用した個人プログラムで無理なく体力をつけていきます。認知症予防のために脳活性化に効果的な取り組みも併せて行います。

*実施主体：委託事業所 社会福祉法人扶躬会鶴の園



「きらりん」口すっきりコース ～約3ヵ月(全6回)

会場：複合施設ひだまり 【金曜午後】開始日：12/10

歯科医師や保健師等が、お口の健康を保つためのケア方法や噛む力・飲み込む力をアップするための体操等を指導します。おいしく食べて元気に過ごしましょう。 *実施主体：釧路市（阿寒町行政センター保健福祉課）



阿寒湖温泉地区

「きらりん」複合コース ～約3ヵ月(全12回)

会場：阿寒湖まりむ館 【火曜午後】開始日：7/20

保健師、歯科医師等の指導のもと、日常生活に必要な筋力を維持・向上するための全身の体操や口の機能を高める体操に取り組みます。また、脳活性化にも取り組みます。 *実施主体：釧路市（阿寒町行政センター保健福祉課）



料金 1回の利用につき100円（参加回数×100円となります）

*別途教材費、食材費等の実費負担がかかる場合があります。

<問い合わせ先> *教室開始日の3週間前までにご連絡ください*
釧路市阿寒地域包括支援センター（阿寒町行政センター保健福祉課内）

電話0154-66-1234