

あなたのまちの

65歳以上の方の福祉・介護・医療の相談窓口

# 地域包括だより

井口明神  
地区版

令和2年度【第13号】広島市井口台・井口地域包括支援センター

## 新型コロナウイルスに負けない地域づくりを 目指しましょう！

例えば、こんな場面はありませんか・・・??

最近あの人見かけないわね。1人で心配だわ。  
でも声をかけて良いのかしら・・・

電話では元気と言っているが、離れていると心配だなあ・・・

### お互い様の見守り活動をしてみませんか？

井口明神地区の「見守り」「こんにちはネット」があります。普段の生活の中で  
ちょっと気かけあう、地域の見守りの輪を広げましょう！

見守ってほしい「登録者」と、見守る側の「協力員」があります。

運動不足になって、足腰が弱っている気がする・・・  
でも1人で運動するのは続かないしなあ。

人と会う機会が少なくて話す機会が減ったなあ・・・  
ご近所の皆さん、どうしているかしら??

### お近くのサロンで近所の皆さんと一緒に楽しく健康づくりをしませんか？ (※一部、休止中の場所があります。)

参加者自身の健康チェックや感染予防対策をしながら、サロン活動や運動  
が行われています。知っている顔を見ると「ホッとする」という声を聞いて  
います。

### 新型コロナウイルス感染予防対策を行いながら 住み慣れた地域で元気に暮らしていきましょう！

**あります！** 地域包括支援センターでは、  
皆さんに役立つ資料を作成しています。

食事を作るのが大変...

地域の集いに参加したい...

「配食サービス事業所一覧のチラシ」  
があります！

集会所等で開催している集いの場を  
まとめた「地域のサロンマップ」  
があります！

☆まずはご相談ください☆

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください！

公的機関のなりすまし電話やオレ  
オレ詐欺に注意！

役所の職員です。助成金  
を支給したいので早急に  
口座番号や住所を教えてください。  
ほしい。

**注** 口座番号や暗証番号等を教えたり  
現金を振り込んではいけません！

自宅待機を狙った訪問販売や  
電話勧誘に注意！

水道水に新型コロナウイルスが  
混ざっているかもしれないので調査します。

**注** 怪しいと思ったら、きっぱり断って！  
急いで契約や支払いはしないで！

困った時は早めに地域包括支援センターまたは消費生活センター(225-3300)、警察にご連絡ください。

## 口腔ケアで新型コロナウイルスに負けないお口をつくりましょう！

お口は健康の入り口！  
お口の健康 = 健口、は全身の健康につながります

お口を健口にして免疫力を  
高めましょう！

地域包括支援センターでは食べこぼしがある、飲み込みにくくなった  
など健口が気になる方に、お口の状態をチェックして用具を使っ  
ての舌トレーニングや歯科医院での「短期集中口腔ケアサービス」を紹介  
しています。

### 簡単なお口チェックをしてみませんか？

次の3項目の内、**2項目以上**該当のある方は要注意!!

- 半年前に比べて固いものが食べにくくなった
- お茶や汁物等でむせることがある
- 口の渇きが気になる

### いつまでも美味しく食べられるように、健口体操を行いましょう。

※健口体操や舌のトレーニング方法については、地域包括支援センター  
までお気軽にお問合せ下さい。

## 広島市井口台・井口地域包括支援センター

TEL 501-6681 fax 276-5541

西区井口2丁目5-19(広電宮島線の井口電停から山側すぐ!)

受付時間：8:30~17:15

定休日：土、日、祝、12/30~1/3

※職員が不在にすることがあります。  
相談ご希望の方は事前に予約して頂けると  
スムーズに対応が出来ます。

青色のひさしが  
目印です!!  
バイクや自転車  
がたくさん置いて  
あります...



あなたのまちの

65歳以上の方の福祉・介護・医療の相談窓口

# 地域包括だより

井口  
地区版

令和2年度【第13号】広島市井口台・井口地域包括支援センター

## 新型コロナウイルスに負けない地域づくりを 目指しましょう！

例えば、こんな場面はありませんか・・・??

最近あの人見かけないわね。1人で心配だわ。  
でも声をかけて良いのかしら・・・

電話では元気と言っているが、離れていると心配だなあ・・・

### お互い様の見守り活動をしてみませんか？

井口地区の「見守り」「ゆうあいネット」があります。普段の生活の中で  
ちょっと気にかけてあう、地域の見守りの輪を広げましょう！

見守ってほしい「登録者」と、見守る側の「協力員」があります。

運動不足になって、足腰が弱っている気がする・・・  
でも1人で運動するのは続かないしなあ。

人と会う機会が少なくて話す機会が減ったなあ・・・  
ご近所の皆さん、どうしているかしら??

### お近くのサロンで近所の皆さんと一緒に楽しく健康づくりをしませんか？ (※一部、休止中の場所があります。)

参加者自身の健康チェックや感染予防対策をしながら、サロン活動や運動  
が行われています。知っている顔を見ると「ホッとする」という声を聞いて  
います。

### 新型コロナウイルス感染予防対策を行いながら 住み慣れた地域で元気に暮らしていきましょう！

# あります！

地域包括支援センターでは、  
皆さんに役立つ資料を作成しています。

食事を作るのが大変...

地域の集いに参加したい...

「配食サービス事業所一覧のチラシ」  
があります！

集会所等で開催している集いの場を  
まとめた「地域のサロンマップ」  
があります！

☆まずはご相談ください☆

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください！

公的機関のなりすまし電話やオレ  
オレ詐欺に注意！

役所の職員です。助成金  
を支給したいので早急に  
口座番号や住所を教えて  
ほしい。

**注** 口座番号や暗証番号等を教えたり  
現金を振り込んではいけません！

自宅待機を狙った訪問販売や  
電話勧誘に注意！

水道水に新型コロナウイル  
スが混ざっているかもしれ  
ないので調査します。

**注** 怪しいと思ったら、きっぱり断って！  
急いで契約や支払いはしないで！

困った時は早めに地域包括支援センターまたは消費生活センター(225-3300)、警察にご連絡ください。

## 口腔ケアで新型コロナウイルスに負けないお口をつくりましょう！

お口は健康の入り口！  
お口の健康 = 健口、は全身の健康につながります

お口を健口に  
して免疫力を  
高めましょう！

地域包括支援センターでは食べこぼしがある、飲み込みにくくなった  
など健口が気になる方に、お口の状態をチェックして用具を使っ  
ての舌トレーニングや歯科医院での「短期集中口腔ケアサービス」を紹介  
しています。

### 簡単なお口チェックをしてみませんか？

次の3項目の内、**2項目以上**該当のある方は要注意!!

- 半年前に比べて固いものが食べにくくなった
- お茶や汁物等でむせることがある
- 口の渇きが気になる

いつまでも美味しく食べられるように、**健口体操**を行いましょ。

※健口体操や舌のトレーニング方法については、地域包括支援センター  
までお気軽にお問合せ下さい。

## 広島市井口台・井口地域包括支援センター

TEL 501-6681 fax 276-5541

西区井口2丁目5-19(広電宮島線の井口電停から山側すぐ!)

受付時間：8:30~17:15

定休日：土、日、祝、12/30~1/3

※職員が不在にすることがあります。  
相談ご希望の方は事前に予約して頂けると  
スムーズに対応が出来ます。

青色のひさし  
が目印です!!  
バイクや自転車  
がたくさん置いて  
あります...



あなたのまちの

65歳以上の方の福祉・介護・医療の相談窓口

# 地域包括だより

井口台  
地区版

令和2年度【第13号】広島市井口台・井口地域包括支援センター

## 新型コロナウイルスに負けない地域づくりを 目指しましょう！

例えば、こんな場面はありませんか・・・??

最近あの人見かけないわね。1人で心配だわ。  
でも声をかけて良いのかしら・・・

電話では元気と言っているが、離れていると心配だなあ・・・

### お互い様の見守り活動をしてみませんか？

井口台地区の「見守り」「あんしんネット」があります。普段の生活の中で  
ちょっと気にかけてあう、地域の見守りの輪を広げましょう！

見守ってほしい「登録者」と、見守る側の「サポーター」があります。

運動不足になって、足腰が弱っている気がする・・・  
でも1人で運動するのは続かないしなあ。

人と会う機会が少なくて話す機会が減ったなあ・・・  
ご近所の皆さん、どうしているかしら??

### お近くのサロンで近所の皆さんと一緒に楽しく健康づくりをしませんか？ (※一部、休止中の場所があります。)

参加者自身の健康チェックや感染予防対策をしながら、サロン活動や運動  
が行われています。知っている顔を見ると「ホッとする」という声を聞いて  
います。

### 新型コロナウイルス感染予防対策を行いながら 住み慣れた地域で元気に暮らしていきましょう！

**あります！** 地域包括支援センターでは、  
皆さんに役立つ資料を作成しています。

食事を作るのが大変...

地域の集いに参加したい...

「配食サービス事業所一覧のチラシ」  
があります！

集会所等で開催している集いの場を  
まとめた「地域のサロンマップ」  
があります！

☆まずはご相談ください☆

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください！

公的機関のなりすまし電話やオレ  
オレ詐欺に注意！

役所の職員です。助成金  
を支給したいので早急に  
口座番号や住所を教えてください。  
ほしい。

**注** 口座番号や暗証番号等を教えたり  
現金を振り込んではいけません！

自宅待機を狙った訪問販売や  
電話勧誘に注意！

水道水に新型コロナウイルスが  
混ざっているかもしれないので調査します。

**注** 怪しいと思ったら、きっぱり断って！  
急いで契約や支払いはいししないで！

困った時は早めに地域包括支援センターまたは消費生活センター(225-3300)、警察にご連絡ください。

## 口腔ケアで新型コロナウイルスに負けないお口をつくりましょう！

お口は健康の入り口！  
お口の健康 = 健口、は全身の健康につながります

お口を健口にして免疫力を  
高めましょう！

地域包括支援センターでは食べこぼしがある、飲み込みにくくなった  
など健口が気になる方に、お口の状態をチェックして用具を使っ  
ての舌トレーニングや歯科医院での「短期集中口腔ケアサービス」を紹介  
しています。

### 簡単なお口チェックをしてみませんか？

次の3項目の内、**2項目以上**該当のある方は要注意!!

- 半年前に比べて固いものが食べにくくなった
- お茶や汁物等でむせることがある
- 口の渇きが気になる

### いつまでも美味しく食べられるように、健口体操を行いましょう。

※健口体操や舌のトレーニング方法については、地域包括支援センター  
までお気軽にお問合せ下さい。

## 広島市井口台・井口地域包括支援センター

TEL 501-6681 fax 276-5541

西区井口2丁目5-19(広電宮島線の井口電停から山側すぐ!)

受付時間：8:30~17:15

定休日：土、日、祝、12/30~1/3

※職員が不在にすることがあります。  
相談ご希望の方は事前に予約して頂けると  
スムーズに対応が出来ます。

青色のひさしが目印です!!  
バイクや自転車  
がたくさん置いて  
あります...



あなたのまちの

65歳以上の方の福祉・介護・医療の相談窓口



# 地域包括だより

鈴が峰  
地区版

令和2年度【第13号】広島市井口台・井口地域包括支援センター

## 新型コロナウイルスに負けない地域づくりを 目指しましょう！

例えば、こんな場面はありませんか・・・??

最近あの人見かけないわね。1人で心配だわ。  
でも声をかけて良いのかしら・・・

電話では元気と言っているが、離れていると心配だなあ・・・

### お互い様の見守り活動をしてみませんか？

鈴が峰地区の「見守り」「おひさまネット」があります。普段の生活の中で  
ちょっと気かけあう、地域の見守りの輪を広げましょう！

見守ってほしい「登録者」と、見守る側の「協力員」があります。

運動不足になって、足腰が弱っている気がする・・・  
でも1人で運動するのは続かないしなあ。

人と会う機会が少なくて話す機会が減ったなあ・・・  
ご近所の皆さん、どうしているかしら??

### お近くのサロンで近所の皆さんと一緒に楽しく健康づくりをしませんか？ (※一部、休止中の場所があります。)

参加者自身の健康チェックや感染予防対策をしながら、サロン活動や運動  
が行われています。知っている顔を見ると「ホッとする」という声を聞いて  
います。

### 新型コロナウイルス感染予防対策を行いながら 住み慣れた地域で元気に暮らしていきましょう！

**あります！** 地域包括支援センターでは、  
皆さんに役立つ資料を作成しています。

食事を作るのが大変...

地域の集いに参加したい...

「配食サービス事業所一覧のチラシ」  
があります！

集会所等で開催している集いの場を  
まとめた「地域のサロンマップ」  
があります！

☆まずはご相談ください☆

新型コロナウイルスに便乗した悪質商法にご注意ください！

公的機関のなりすまし電話やオレ  
オレ詐欺に注意！

役所の職員です。助成金  
を支給したいので早急に  
口座番号や住所を教えて  
ほしい。

**注** 口座番号や暗証番号等を教えたり  
現金を振り込んではいけません！

自宅待機を狙った訪問販売や  
電話勧誘に注意！

水道水に新型コロナウイル  
スが混ざっているかもしれ  
ないので調査します。

**注** 怪しいと思ったら、きっぱり断って！  
急いで契約や支払いはしないで！

困った時は早めに地域包括支援センターまたは消費生活センター(225-3300)、警察にご連絡ください。

## 口腔ケアで新型コロナウイルスに負けないお口をつくりましょう！

お口は健康の入り口！  
お口の健康 = 健口、は全身の健康につながります

お口を健口に  
して免疫力を  
高めましょう！

地域包括支援センターでは食べこぼしがある、飲み込みにくくなった  
など健口が気になる方に、お口の状態をチェックして用具を使っ  
ての舌トレーニングや歯科医院での「短期集中口腔ケアサービス」を紹介  
しています。

### 簡単なお口チェックをしてみませんか？

次の3項目の内、**2項目以上**該当のある方は要注意!!

- 半年前に比べて固いものが食べにくくなった
- お茶や汁物等でむせることがある
- 口の渇きが気になる

### いつまでも美味しく食べられるように、健口体操を行いましょう。

※健口体操や舌のトレーニング方法については、地域包括支援センター  
までお気軽にお問合せ下さい。

## 広島市井口台・井口地域包括支援センター

TEL 501-6681 fax 276-5541

西区井口2丁目5-19(広電宮島線の井口電停から山側すぐ!)

受付時間：8:30~17:15

定休日：土、日、祝、12/30~1/3

※職員が不在にすることがあります。  
相談ご希望の方は事前に予約して頂けると  
スムーズに対応が出来ます。



青色のひさし  
が目印です!!  
バイクや自転車  
がたくさん置いて  
あります...