

# 歯の健康教室

2025年 **10月22日** **水**

**時間** 14:00~16:00

(13:30~受付開始)

**会場**：さやまがおか荘 (定員20名)

**講師**：飯田 富由子氏 (歯科衛生士)

## 講義内容

- ・オーラルフレイル予防について
- ・お口の健康と全身疾患との関わり
- ・口腔ケア (歯ブラシの選び方、磨き方)
- ・義歯のお手入れ
- ・口の機能を維持・向上させるための健口体操

## 申込み

さやまがおか荘 TEL 04-2949-1192

三ヶ島第2包括 TEL 04-2926-7800



地域包括支援センターは所沢市の委託により運営しています。

# あなたのまちの 地域包括支援センター

## 地域包括支援センターとは

高齢者のかたが住み慣れた**地域**で安心して生活ができるよう、**包括的に支援**する公的機関で**所沢市の委託**により社会福祉法人等が運営しています。地域の高齢者のかたや、ご家族のさまざまな相談を無料でお受けします。まずはお気軽にお電話下さい。

## 地域包括支援センターでは

- ・ 福祉サービスについて
- ・ 介護保険について
- ・ 高齢者の健康づくりについて
- ・ 介護予防プランについて
- ・ 高齢者の施設について
- ・ 認知症の家族の支援について
- ・ 高齢者虐待について
- ・ 成年後見制度について

・・・などなど。高齢者に関することなら何でもご相談をお受けします。

また、各地域ごとに「介護予防教室」や「地域ケア会議」を開催して、地域でのあらゆる機関とネットワークを結び協力しながら支援しています。

みなさんの地区の担当地域包括支援センターは下記の表のとおりです。

地域包括支援センターの名称	TEL	担当地域
所沢地域包括支援センター	2926-4426	宮本町・西所沢・金山町・喜多町・北有楽町・日吉町・東町・寿町・元町・御幸町・旭町・有楽町・星の宮・くすのき台1丁目～2丁目
松井東地域包括支援センター	2951-5500	下安松・松郷・東所沢和田
松井西地域包括支援センター	2994-1615	上安松・牛沼・東新井・西新井・くすのき台の一部
柳瀬地域包括支援センター	2951-8887	東所沢・本郷・南永井・日比田・亀ヶ谷・城・坂之下・新郷
富岡地域包括支援センター	2942-0067	北中・岩岡町・所沢新町・中富・中富南・下富・神米金・北岩岡
新所沢地域包括支援センター	2937-7105	緑町・榎町・泉町・青葉台・けやき台・向陽町
新所沢東地域包括支援センター	2968-8899	松葉町・弥生町・美原町・北所沢町・花園
三ヶ島第1地域包括支援センター	2947-2837	三ヶ島・堀之内・糞谷・林・和ヶ原・西狭山ヶ丘
三ヶ島第2地域包括支援センター	2926-7800	東狭山ヶ丘・狭山ヶ丘・若狭
小手指第1地域包括支援センター	2947-1211	上新井・北野・小手指南・小手指元町・小手指町5丁目・北野新町・北野南・小手指台
小手指第2地域包括支援センター	2968-3311	小手指町1丁目～4丁目
山口地域包括支援センター	2928-7525	山口・上山口
吾妻地域包括支援センター	2929-6965	くすのき台3丁目・東住吉・南住吉・西住吉・久米・北秋津・松が丘・荒幡
並木地域包括支援センター	2943-7333	並木・若松町・こぶし町・北原町・中新井・下新井

※担当地域については一部異なる場合があります。 担当課 高齢者支援課 TEL (2998) 9120



所沢市内で実施される「介護者のつどい」等の日程公開中！  
茶話会や介護技術講座、ウォーキング等、各圏域で様々な企画を実施中！  
<https://www.city.tokorozawa.saitama.jp/kenko/koureisyafukushi/zaitaku/mimamori/kazokukaigo.htm>