



地域包括支援センターだより

【問合せ先】桂川町地域包括支援センター（桂川町総合福祉センター内） ☎65・4401



■ 高齢者の権利を守る

成年後見制度って？

成年後見制度とは、判断能力が不十分な方の権利を守り、生活を支えていく制度です。

例えば、認知症で判断能力が不十分になると、介護や福祉サービスを利用するための手続きや不動産や預貯金などの財産管理が難しい場合があります。また、悪質商法の被害にあう恐れもあります。そんな場合は、成年後見制度を利用することで、財産を管理してもらったり、手続きをしてもらったりすることができます。

詳しい内容が知りたい方は桂川町地域包括支援センターまでご連絡ください。

例) 成年後見制度 活用例



最近もの忘れがひどいAさん
預貯金の出し入れや金銭管理に自信がありません。また、介護や支援が必要になったときの手続きも一人でできるか不安です。
先日、悪質商法に気づかず、不要な商品の契約をしてしまいました。

→成年後見制度を利用すると、成年後見人が決まります。Aさんに代わって、成年後見人が、金銭の管理や介護施設への入所手続きなどをします。また、悪質な契約を解除することもできます。



特別定額給付金等の給付を装ったコロナに関する詐欺にご注意ください!



■ 今月の体操 ■

★ 肩の筋トレ（前方向） ★

1. 浅く座ります
2. こぶしを握って
手の甲を上に向けます
3. 腕を肩の高さまで上げます
(1・2・3・4のリズム)
4. 腕を元に戻します
(5・6・7・8のリズム)
5. これを 10 回行います

注意点

・ 医師から禁止されている内容・痛みを伴う内容は、無理せず、可能な範囲で実施しましょう

できる人は **挑戦**



ペットボトルを持ってみて♪



肩が挙がらない人は挙がる範囲でOK♪



①



②