

高血圧の
方が多い

ほやねっと社便り

回 覧

社地区の方限定！！

減 塩 教室

減塩、耳にしたこともあると思いますが、なぜ必要なのでしょう。実は社地区にとって重要なテーマなんです。この秋は、意識して減塩に取り組んでみませんか？

【日時】 10月30日(木) 10:00～11:30

【場所】：セーレン・ドリームアリーナ(福井県営体育館)2階会議室

福町3 - 20福井運動公園内

- 対象：社地区の65歳以上の高齢者
- 定員：50名（申込先着順）
- ヤクルトさん出前講座「減塩生活のすすめ」
- 血圧を下げる体操

ご参加いただいた方全員に
おみやげあり

定員 50 名

入場無料

実際の塩の量を
自分の目で確認！



お申込み・お問い合わせ

健康への近道は・・・**高血圧予防！**
血圧には食塩が関係しています。
塩分の高い食事を続けると高血圧になるのは**なぜ？**
今日からできる！減塩のポイントをお伝えします。

ほやねっと社（福井社包括支援センター）

☎ 0776-36-1246 福1丁目1710



9月は

認知症理解普及月間



毎年9月21日は「世界アルツハイマーデー」「認知症の日」と定められているのをご存じでしょうか。そのため、9月は「認知症月間」として日本全国で認知症についての正しい知識の理解普及活動が実施され、福井市内でも様々な取り組みが行われています。

2024年1月に「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」が施行されました。

誰もが認知症の正しい知識をもち理解することで、偏見や差別がなくなり、認知症になっても安心して暮らせる社会が実現します。

ほやねっと社でも毎年9月の「認知症月間」に認知症の正しい知識の理解普及活動に取り組んでおります。

認知症の正しい知識の学ぶための機会として「認知症サポーター養成講座」を出張開催しています。ご関心のある団体様（少人数でもOKです）がいらっしゃるいましたら、まずはお気軽にお問い合わせください。

ほやねっと社では認知症以外においても様々な相談に応じております。

- ・デイサービスやヘルパー等の介護保険サービス
- ・高齢者世帯や一人暮らし世帯が利用できるサービス
- ・「いきいき百歳体操」などの介護予防教室
- ・健康に関する相談
- ・消費者被害や成年後見制度、虐待に関する相談



福井市福1-1710
(福町郵便局東)

電話 36-1246
まずはお電話を！

営業時間
月～金 8:30～17:30
土・日 8:30～12:30

※閉所時間外でも受け付けますので、電話でご連絡ください。

ほやねっと社（福井社包括支援センター）

電話：0776-36-1246 FAX：0776-36-0156

メール：yashirohoukatu@asamutuen.jp ホームページはこちら➡

