



第10号  
発行所  
海岸地区  
地域包括  
支援センター  
あい

## 2021年のごあいさつ

新型コロナウイルス感染拡大の勢いは止まらず年明け1月7日に2回目の緊急事態宣言が発令されました。感染予防に気をつけて生活していた中での事態に不安になっている方も多いのではないのでしょうか。まだ先は見えませんが、引き続き適切な感染予防に取り組み互いを思いやり一緒に乗り越えていきましょう♪



## トピックス

地域包括支援センターあいでは、地域で心配な方や気になる高齢者の方へ、民生委員・市役所・警察の方々など関係機関と連携を取り合って、見守りや緊急時の対応を行っています。何かございましたら些細な事でもかまいませんのでご相談ください。よろしくお願いいたします。



## お知らせ

ちがさき体操・湘南くち体操の再開は未定ですが、また皆さまと活動ができる日を職員一同楽しみしております。

### グー・パー・ぐるぐる・ごっくん・べー



①～⑤を1日3回以上毎日続けると...

こんな効果があるぞよか!

- 効果1: 脳の血流UPで頭すっきり!
- 効果2: た液分泌UPでお口もうるおう!
- 効果3: 舌の力で飲みこむ力も向上!
- 効果4: フェイスラインもすっきり!

茅ヶ崎市保健所 地域保健課

### 地区の現状

- ☆茅ヶ崎市の人口 244,430人
- ☆65歳以上 64,754人(26.49%)
- ☆75歳以上 34,115人(13.95%)
- ☆認定者数 10,614人 (うち要支援 3,747人)

- ◆東海岸北の人口10,901人
- ◆65歳以上2,833人(25.98%)
- ◆75歳以上1,601人(14.68%)

- ◆東海岸南の人口9,630人
- ◆65歳以上2,295人(23.83%)
- ◆75歳以上1,215人(12.61%)

◎海岸地区の認定者数970人 (うち要支援 377人)

※高齢者人口 R2.12.1 現在  
※認定者数 R1.11.30現在

### 編集後記

地域包括支援センターあいは、昨年4月に移転いたしました。まだご存じない方もいらっしゃるかもしれませんが、生活の中での困りごとや不安な事などございましたら、まずはご連絡いただきますようお願いいたします。寒さもあと一息です、みなさんで元気な春を迎えましょう🌸

高齢者の介護・健康に関するご相談お悩みに、  
高齢者いつでも安心電話(いつでも)  
0120-155-886(24時間365日)

海岸地区地域包括支援センターあい  
(住所) 茅ヶ崎市東海岸南2-6-14 長尾ビル3階  
(電話番号) 0467-88-1716 (福祉相談室) 0467-84-9446