



高齢者あんしんセンターは

### 65歳以上の方の総合相談窓口です

心配ごとや悩みごとなどご自宅へ訪問してお話をお伺いします。  
お電話や来所されての相談も可能です。

一人暮らしだし  
話ができる場所  
があれば  
行きたいな

最近忘れっぽく  
なってきたけど、  
これって認知症の  
症状なのかな？

介護保険って  
何だろう？  
どうしたら使  
えるの？



## ☎027-381-5387

- ◆窓口開設日時 月曜日～金曜日 8:30～17:15
- ◆休業日 土曜日・日曜日・祝日・年末年始
- ◆住所 高崎市藤塚町202
- ◆職員 矢島・加藤・茂木

高齢者あんしんセンターは地域の方と一緒にこんな活動をしています

### 認知症に関すること

- ・オレンジサポーターとの連携  
(認知症カフェ、見守り訪問等)
- ・認知症の相談
- ・認知症サポーター  
養成講座の開催
- ・認知症の普及啓発



### 介護予防に関すること

- ・介護予防サポーターとの連携  
(通いの場の創出等)
- ・介護予防教室の  
開催
- ・介護予防の普及  
啓発



### 地域づくりに関すること

- ・地域ケア会議（困っている人と地域の人や  
専門職等で話し合いをする場）の開催
- ・ケアマネージャー向け研修会の開催 等



他にもいろいろな活動をしています。お気軽に連絡ください。

65歳以上の方のお宅を順次訪問させて頂いています  
健康状態や生活のご様子をお伺いしています。ご協力お願いします。

高齢者あんしんセンターは、地域のみなさんが自主的な活動をする場にもなっています。  
どなたでも参加ください。

## かふえかすみそう（認知症カフェ）

認知症カフェとは、認知症の相談ができ、認知症について知ることができ、認知症の介護をする人がホッとできる交流の場です。

日 時：毎月第3火曜日 10：00～11：30

場 所：高齢者あんしんセンター豊岡

参加費：無料

主 催：高崎市オレンジサポーター（チームオレンジかすみそう）

協力：高崎市認知症地域支援推進員（高齢者あんしんセンターさとの花・八幡・豊岡）



### 2026年度開催日

4/21	5/19	6/16	7/21	8/18	9/15
10/20	11/17	12/15	1/19	2/16	3/16

## シャンシャン体操（通いの場）

通いの場とは、介護予防やフレイル予防のために近所の人達と一緒に運動などをするとこです。



日 時：毎週水曜日 13：30～15：00（第5週以外）

場 所：高齢者あんしんセンター豊岡

参加費：無料

主 催：高崎市介護予防サポーター（田中八重子）

鬼石体操や歌に合わせての体操等、椅子に座ってできる体操が中心です。  
おもりやゴムバンド、ボール等は貸出します。