

### こんにちは！千歳市在宅医療・介護連携支援センターです

道内でも最も平均年齢が若い千歳市ですが、令和5年度10月1日現在の高齢化率は23.9%と令和2年の同月の23.1%と比べても徐々に高くなっており、今後も介護保険制度などによる支援の増加が予想されます。

私たち千歳市在宅医療・介護連携支援センターでは、千歳市高齢者福祉計画の基本理念「いくつになっても自分らしく、元気で住み慣れた地域で支えあい、安心して暮らし続けることができる地域社会の実現」のために必要な地域包括ケアシステムの構築とその関係性の深化を目的として、市内及び近隣の関係機関と協力し必要な取り組みを実施しています。

ちとせ介護医療連携フォーラム ～老後の備えと食からつながる健康を考えよう～のお知らせ

今年度のフォーラムは「老後の備えと食からつながる健康を考えよう」をテーマに、7月27日(土)に北ガス文化ホール 中ホールにて開催します。

午前「老後のお金の備えと相続について」をテーマに、相続や地域連携とケアラー支援についての2つの講演会と、老後の備えに関するパネルディスカッション、午後は「高齢者の食事・栄養ケアとフレイル予防の重要性について」をテーマに、演劇、講演会、パネルディスカッションを予定しています。皆様が知って得する老後の備えと、食と健康についての情報をお伝えいたしますので、是非当日は会場までお越しください。

高齢者の暮らしを支える総合的な相談窓口

### 千歳市地域包括支援センター



#### 令和6年度 千歳市民向けフォーラム

#### ちとせ介護医療連携フォーラム 老後の備えと食からつながる健康を考えよう

- 開催日時：2024年7月27日(土) 10:00～16:00
- 会場：北ガス文化ホール(千歳市民文化センター) 中ホール
- 入場：無料
- 案内ページ：<https://www.chitose-renkei.com/renkei-forum2024>

※当日はYoutubeでのLive配信を予定しております。  
[https://www.youtube.com/live/Dpx720N\\_TYU](https://www.youtube.com/live/Dpx720N_TYU)

千歳市 10100



みなさんがいつまでも住み慣れたまちで暮らし続けられるよう、これからも地域の介護・医療の方々と協力し住みよいまちづくりに貢献いたします。

※センターでの取り組みなどはちとせの介護医療連携の会ホームページにてご確認ください。  
<https://www.chitose-renkei.com/>

お問い合わせ

# TEL 0123-49-3300

## 千歳市在宅医療・介護連携支援センター

千歳市内の  
相談窓口

- 東区地域包括支援センター Tel.0123-40-6516
- 西区地域包括支援センター Tel.0123-42-3131
- 北区地域包括支援センター Tel.0123-25-8180
- 南区地域包括支援センター Tel.0123-22-5188
- 向陽台区地域包括支援センター Tel.0123-48-2848

## うちの子がいちばん！

※応募多数のため掲載の時期、可否については一切お答えできません。



レンゲちゃん  
恵庭市島松旭町 かくじさん



ミニイちゃん  
恵庭市桜町 ミニママさん



カウちゃん  
千歳市清流 カウママさん



ルークちゃん  
千歳市あずさ ルーノスケさん



ひまちゃん  
千歳市信濃 たがママさん



なちちゃん  
恵庭市黄金北 たまちゃんさん



ライちゃん  
千歳市北斗 りなさん



ミッシェルちゃん  
恵庭市柏木町 砂糖家さん



むぎちゃん & うにちゃん & みいこちゃん  
& ゆずちゃん & だいきちゃん  
恵庭市文京町 そらじろうさん



やーきゅんちゃん  
千歳市東郊 シュールさん



はるちゃん  
恵庭市柏陽町 ひなこさん



こんちゃん  
恵庭市有明町 るなさん



まるちゃん&チャチャちゃん  
千歳市勇舞 Sさん

## SAKURA CAMP

くりやま温泉ホテルパラダイスヒルズ

ご予約・お問い合わせは 0123-72-1123

夕張郡栗山町湯地91番地

このチラシをご持参いただきますとキャンプが  
いつもより **7時間も** ゆっくりできる！

入館割引クーポン クーポン1枚で5名様まで 大人 100円引 小人 50円引

## Hotel Paradise Hills

夕張郡栗山町湯地91番地

他の割引との併用はできません  
2024年8月31日まで有効

人気のインドアゴルフ練習場が千歳すみどり台にOPEN!

インドアゴルフでスコアアップを目指そう!!

## 夏の入会金無料7/10~

### キャンペーン実施中 9/30

スカイトラック 全打席導入!

プラン種類	月会員	都度会員
初回体験	1回のみ1,100円	
入会金	通常 11,000円 ▶ <b>今だけ無料!!</b>	
利用料金	月額 11,000円	1回 2,200円
利用時間	1コマ 50分	
利用上限	1日2コマまで	無制限 ※都度料金が発生
個人レッスン	別途料金・要予約(詳細はHPへ)	

■月会員:定額料金で無制限通い放題プラン ※金額はすべて税込  
■都度会員:ご利用ごとにチケットをご購入いただくプラン

完全会員制 事前予約制 冷暖房完備 無人\*営業

■スタッフ常駐時間は予約サイトカレンダーに記載

フィッティング・試打会イベント定期開催 7/19(金)13-17時 7/20(土)10-16時

### なごみゴルフスタジオ

千歳すみどり台北1丁目7-7 TEL(0123)29-7153  
年中無休 6:00-22:00(最終入場21:00) 駐車場4台分あり

お問い合わせはお気軽に！公式LINEは24時間受付中

施設詳細やお問い合わせ、会員登録・ご予約最新情報はコチラから!

公式HP 予約サイト Instagram 公式LINE