薬によるアレルギーについて　記入日　　年　　月　　日

時期（いつ頃）	薬の名前・種類	どんな状態になったか
(例) 68歳	○○○○ン	湿疹と気分不良

交流の場に出かけましょう

他者との交流は、誰もが、いきいきとした生活を続けていくうえで大切なポイントです。ここでは、身近な場所での交流や仲間づくりの「場」の一部をご紹介します。

（※「場」の１つの“いきいき百歳体操”はP17 参照）

名称	内容	問合せ窓口
ふれあいサロン	誰もが気軽に集まり、ふれあいを通して仲間づくりの輪を広げることや、地域の情報交換ができます。	TEL:079-222-4212（姫路市社会福祉協議会）
（オレンジカフェ 認知症サロン）※↑呼称の一部で地域により呼び方が異なります	認知症になっても参加できる高齢者が中心の集いの場です。認知症に理解のあるスタッフが対応します。	詳しくはお近くの地域包括支援センターまで ※地域包括支援センター一覧 P.20・21 参照
老人クラブ活動	高齢者の生きがいと健康づくりを目的に、様々な地域活動を行っています。	お住まいの地域の老人クラブに直接お申し込み下さい。お近くのクラブがわからない時は、TEL:079-223-6855（姫路市老人クラブ連合会事務局）まで
すこやかセンター	高齢者の健康の維持・増進を図るとともに、生きがいづくりや仲間づくりの場として利用できる施設です。	TEL:079-223-5630（姫路市すこやかｾﾝﾀｰ）
楽寿園		TEL:079-288-0967（楽寿園）

※市の広報やお住まいの地域の公民館だよりなどにも、地域行事などの交流の「場」の情報が掲載してあります。

※その他、地域の活動や交流の場については、お近くの地域包括支援センターにご相談ください。