

シクラメンだより



新春万福



新年のお慶びを申し上げます。

中津川市シクラメン地域包括支援センターでは
コロナウイルスと共生する新生活様式のなかでも明るい1年が過ごせるよう
今年も地域の皆様と一緒に地域づくり・地域包括ケアシステムの
構築に取り組んでいきたいと思っています。

本年もどうぞよろしくお願い致します



阿木地区高齢者福祉アンケート実施報告

阿木地域包括支援ネットワーク会議(通称:ごちゃませ会議)では、『地域で安心して住み続けるために、地域の強みや課題を共有して、必要な手立てを創り出しましょう』というスローガンのもと、地域の26団体で組織し、高齢者の方の地域課題などについて検討し、解決に向けた取り組みをしています。

昨年阿木地区の65歳以上の方を対象にアンケートでご意見を聞かせていただき、10月に報告書という形でまとめました。

今後はいただいた意見から地域の強みや課題に対し、具体的な取り組みを行っていきます。



結果については
地域で報告をしていきます

【アンケート調査回答状況】

- ①全回答者数 517人(回答率74.6%)
- ②回答方法内訳 ア 調査票により回答者 457人(全体の88.4%)
イ スマートフォンを活用した回答者 60人(全体の11.6%)



地域で広がるオレンジ色の輪

認知症サポーター養成講座を 開催しました

認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」の養成講座を小学校・中学校で行いました。

中学校の様子(2年生)



グループワークで
意見の交換をして
考えを深めました

Q.財布をしまい忘れ、
誰かが盗んだと言いだした時、
あなたなら何ができますか？

一緒に探してあげる
「ここにあるよ」と
優しく教える



認知症になった人は
色々抱え込んでいると思ったので

- ①驚かせない
- ②急がせない
- ③心を傷つけない、を
守って楽しく接したいです。

おじいちゃん、おばあちゃんに
「また～！」と怒ると元気がなくなり
症状が悪化するかもしれないので
僕は優しく接してあげたいです



30歳から認知症になる人がいることを
初めて知りました。
認知症に種類があることを知ってびっくり
しました。

講座を終えた認知症サポーターには
「認知症の人を応援します」という
意思を示す【認知症サポーターカード】
をお渡ししました。

一番認知症に苦しんでいるのは認知症に
なっている方々だと分かったので、何か
その方々にできることがあれば役に立ち
たいです。



小学校の様子(5年生)



認知症の人がいたら
その人の意見を
否定しない

介護者の集いを開催しました

家族を介護している介護者を対象に、地域では定期的に「介護者の集い」を開催しています。介護者がまず心身ともに健康である事が大切だと考えています。

昨年12月に介護者の集いを開催しました。家族だからこそその思いなどを話し、しゃべる事で気分転換を図ることができました。

こうした集いに参加し一緒におしゃべりをしませんか？どうぞお気軽にご参加ください。

～参加者の方の声～

- ◆はじめて参加して大変良かったです。また他の意見も聞かせていただけたらと思います。
- ◆またこんな機会があったらよろしく願います。

12月には、NPO法人阿木ふるさと福祉村から介護者リフレッシュ事業の一環で、介護者の皆さんへ焼き芋をいただきました。



暮らしの保健室



子どもから高齢者まで、健康・介護などに関する、気になる事・心配事・困った事などを看護師や相談員に気軽話せる、学校の保健室のような場所です。

日時:毎週水曜日9:30~11:00

場所:阿木診療所待合室

また、毎月最終水曜日には、健康増進や、介護予防に役立つ、健康講座を開催しています。講座終了後には、あじさいの会による『阿木いきいきリハビリ体操』を行っています。

健康講座

1月26日(水)

2月17日(木)

3月30日(水)

健康講座の内容は
毎月変わります
お楽しみに!!



阿木駐在所の方による講座の様子



いきいきリハビリ体操の様子

阿木いきいきリハビリ体操指導士養成研修を 開催します

年齢を重ねながら住み慣れたところで安心して暮らせる地域を目指し、その1つとして住民の皆さまが自ら介護予防事業等に関わり、地域で自助、互助をより進めていくことを目的として「阿木いきいきリハビリ体操指導士」の養成を行っています。

リハビリ体操指導士の研修終了後には「あじさいの会」に所属し、2カ月に1回の定例会で協議・学習を行ったり、「暮らしの保健室」で健康体操を行っています。

今年度の研修日程がはっきり決まりましたら、ホームページやチラシなどでお知らせします。



地域包括支援センター 在宅介護支援センターを ご利用ください

高齢者の皆さまの身近な相談窓口として、市内にある地域包括支援センター、在宅介護支援センター計9か所の周知を目的に、今後ポスターを市内関係機関に掲示していきます。支援センターをどうぞお気軽にご利用ください



社会資源がまた1つ増えました

「ATMの順番を待っている間に腰をおろすことができる」という、住民の方からの相談がありました。阿木農協の支店長さんに相談をさせていただいたところ、さっそくベンチを置いてくださいました。地域づくりから生まれた社会資源の1つになりました。



中津川市シクラメン地域包括支援センター

福祉・介護や保健・医療などに関する高齢者の皆さまの総合相談窓口です。
どうぞ、お気軽にお声掛けください

～高齢者の皆さまの権利擁護のために～

虐待の防止や消費者被害の早期発見と防止にあたります。

～日々の暮らしのために～

高齢者の皆さまの生活全般や認知症の相談に応じ支援します。

～課題を解決するために～

ケアマネジャーとの連携、医療・介護の連携をはじめ様々な関係機関と協力してネットワークをつくります。

～いつまでも住み慣れた地域でいきいきと過ごしていくために～

要介護状態になる事を予防する介護予防教室などを開催します。

電話：63-3202 担当：志水



QRコード

