

ご報告 地域懇談会「たよれーると語ろう」

3月7日に「たよれーると語ろう」の第8回目を開催し、町内会の方や民生委員の方、地域の事業所の方など、38名の方々にご参加いただきました。



昨年のたよれーるの担当地域変更をうけて、今回が初参加の方も多かったため、当日は「たよれーると語ろう」の今までの振り返りと、恵庭市の高齢者の現状について話題提供させていただきました。その後グループに分かれ、「どんな地域になると良いか」「自分たちの活動の目指すところ」について話あっていただきました。

地域で活躍されている方々からは、「地域のつながり、関係性を作っていくことが必要」「高齢になっても閉じこもらず出かけられる交通手段が必要」など、地域の課題となる意見も多く出ていました。

このような貴重なご意見を大切に、今後も「住み慣れた場所で安心して暮らせる街」を目指していけるよう、回を重ねていきたいと考えておりますので、よろしくお祈りします。



出前講座を開催しています

平成29年4月から始まっている、「介護予防・日常生活支援総合事業」について、町内会やサロンなどの集まりで出前講座を行っています。

ご希望がある方は遠慮なくご依頼ください。なお、その他の出前講座一覧を作成しておりますので、興味・関心のある方はお問い合わせください。



編集・発行

恵庭市みなみ地域包括支援センター TEL34-8467
〒061-1423 恵庭市柏木町 429 番地 6 (特別養護老人ホーム“恵望園”内)

たよれーる みなみ だより

平成29年度
春号

～ 新 年 度 ご 換 撈 ～

日頃よりたよれーるの事業、諸活動に対しまして温かいご支援、ご協力をいただき、誠にありがとうございます。

当センターが恵庭市から「高齢者の相談窓口のセンター」として委託され活動をはじめから、早いもので10年が過ぎました。

高齢化が進んでいく中、地域で抱える問題はさらに複雑化・多様化してきています。恵庭市でも介護予防に対する新たな取り組みとして「介護予防・日常生活支援総合事業」が始まり、地域全体で支え合う仕組みづくりが必要となってきました。

たよれーる みなみでは、これからも地域の皆さまにとって身近で信頼されるセンターとなるよう、地域に出向き多くの皆さまと交流の場を大切にしながら、地域に根ざした活動に取り組んでいきますので、どうぞよろしくお祈りします。

管理者 河野 恵美

職 員 紹 介

ケアマネジャーの
高橋です。

認知症地域
支援推進員
の奥宮です。

ケアマネジャーの
西村です。

看護師の竹ヶ原
です。

社会福祉士の
南です。

主任ケアマネジャーの
河野です。



新しい職員を紹介します

4月1日より、主任ケアマネージャーとして配属になりました、かわの えみ河野 恵美です。

昨年度まで恵望園居宅介護支援事業所で勤務していました。今後も地域の方との繋がりを大切にしながら、皆様のご支援ができればと思っていますので、よろしくお願いします。

春になり、気持ちよく体を動かせる季節になってきたので、しばらくお休みしていたスポーツジムに通い始めたいと思っています。



4月1日より、看護師として配属になりました、たけがはら あつこ竹ヶ原 敦子です。地域の皆さんに早く顔と名前を憶えていただけたらなと思っています。

住み慣れた家で元気に生活できるような介護予防の講話もたくさんできればと思っていますので、どうぞよろしくお願いします。

趣味は食べ歩き、買い物、旅行です。どこかで見かけたらぜひ声をかけてください。

春の健康管理で差をつけよう！！

日差しもポカポカ温かくなり花が咲いて気分も華やぐ春がやってきました。ところが意外と春は体調に悩まされる人が多い季節です。

体調不良の原因として気温、気圧、日照時間など気象の変化によるものと、ビタミン類の不足によるものが多いです。

対策として・・・

- ①身体を冷やさない ②規則正しい生活をする ③適度な運動
- ④ビタミンの多い食事の摂取 などがああります。

ビタミンが多く含まれている食材は、ほうれん草やちんげんさい青梗菜などの緑黄色野菜です。春の健康管理をしっかりと心がけこれからの季節、元気に過ごしましょう。



認知症地域支援推進員が配属になりました

4月1日より、認知症地域支援推進員として配属となりました、おくみや けい奥宮 啓です。

認知症地域支援推進員は、認知症の方が暮らしやすい街づくりを目指し、今年度より恵庭市に配置されました。

これから認知症についての相談や、関係機関と連携していき、皆さんと共に理解を深めていきたいと思っていますので、よろしくお願いします。

自分は趣味でテニスをしています。不思議と年々体重が増えています・・・身軽で動ける認知症地域支援推進員を目指して頑張っていきます！



認知症サポーター養成講座を開催しています

4月3日に大安寺婦人会の皆さんに、認知症サポーター養成講座を行っています。

認知症サポーター養成講座は、「認知症の方が安心して暮らせる街」を目標に地域の方に認知症を理解してもらい、認知症の方や家族を温かく見守り応援者になっていただくための講座です。



参加していただいた方の中には「自分や家族が認知症になったらどうしたら良いか・・・」と不安をお持ちの方もいらっしゃいましたが、講座後は、「認知症を少し理解することができた」「もっと講座を聞きたい」と皆さん熱心に参加されていました。



現在、恵庭市内には6,000人のサポーターがおり日々増えています。今後も認知症の方の応援者として、サポーターが増えていくよう講座を開催していきます。ご希望がある方はご連絡ください。