

シクラメンだより

発行者
中津川市シクラメン地域包括支援センター
中津川市高齢支援課

阿木地域包括支援ネットワーク 会議(ごちゃまぜ会議)進捗状況

高齢者の方ができる限り長くこの地域で生活が続けられる事を目指し、地域の福祉力を高める事、地域のニーズ(需要)や課題に触れる機会を持つ事を目的に、地域でできる事から取り組みを始めています。
その成果について報告をさせていただきます。

(1) 課題・目標

健康や予防に関心が持て、早期発見、受診を心掛ける事ができる。



阿木診療所 船橋先生

地域での健康講話開催

計画

今年度5ヶ所の地域で実施計画

開催報告

7月に八屋砥クラブで開催しました



【7月 5区介護予防教室の様子】
船橋先生の健康講話の中で、先生との距離がさらに縮まりました

(2) 課題・目標

地域での担い手が増え、できる範囲で支え合う事ができる。



阿木小学校下校時の

見守り放送開始

協力

阿木区長会、阿木小学校、阿木事務所

開始時期

7月3日より(火)～(金)放送中

(3) 課題・目標

高齢者の方も家族も日頃から介護に関わる情報を得る事ができ、自分に合った介護サービスが利用できる。



サロン等での出前講座開催

(介護保険制度等)

協力

老人クラブ、民生委員児童委員、地域福祉推進員、地区社協、居宅介護支援事業所、シクラメン、シクラメン包括

開催報告

8月17日(金)お達者サロンにて開催しました



シクラメンのケアマネジャーの方に来ていただき、お話をさせていただきました

お知らせ

(1) 認知症カフェ

「あったカフェ」を阿木で開催します

もの忘れが気になる方やそのご家族、ちょっと誰かと話をしたい方など、地域の皆様がお茶を飲みながら、安心して話せる「カフェ」です。認知症についての情報が得られる他、物忘れや介護についての相談ができます。
気軽に立ち寄り下さい。

「あったカフェ」

★日時：11月9日(金) 午後1時半～3時半

★会場：シクラメン地域交流センター

★対象：どなたでも

★申込：不要

★費用：無料

★内容：認知症についてのミニ講話、阿木

高校生によるシクラメン地区のミニ講話、阿木

途中参加、
途中退室
OK!
飲み物のおかわり
自由!



あったカフェは、認知症の方やその家族にとっても、そしてこれから認知症になる可能性のある人々にとっても住みよい地域を作ることを目的としています。



【7月 阿木での
「あったカフェ」の様子】
阿木高校の生徒の皆様の協力もあり、和やかな雰囲気で行いました



(2) 中津川市健康福祉まつりが

開催されます

今年も左記の日程で中津川市健康福祉まつりが開催されます。

市内の地域包括・在宅介護支援センターでは、脳や足の健康チェックのコーナーや認知症の高齢者の方への接し方の劇を行います。

地域の皆様も是非、当日会場に足を運んでみませんか。

中津川市健康福祉まつり

★日時：10月14日(日)

午前10時～午後3時

★会場：東美濃ふれあいセンター



(3) 中津川市認知症対談

講演会が開催されます

中津川市では左記の日程で認知症講演会が開催されます。

「認知症でも笑顔のままです」というテーマで、若年性認知症の診断を受けている山田真由美さんをお招きします。²

認知症になっても前向きに生きるヒントが聞けると思います。

★日時：10月31日(水) 午後1時半～3時

(開場 午後1時)

★会場：中津川市健康福祉会館

4階多目的ホール

★主催：中津川市

★講師：山田真由美氏(若年性認知症当事者)

鬼頭史樹氏(名古屋市認知症相談支援センター)



(4) RUN伴+PLUS 2018が

開催されます

RUN伴は認知症の方やその支援者、一般の人がタスキをつなぎながら、「認知症になっても安心して暮らせる地域」について考えるイベントです。

この地域では4年前から毎年、ランナーとして、サポーターとしてまたは沿道での応援等、地域の沢山の皆様と参加し取り組んでいます。

今年も地域の皆様と一緒に取り組んでいきたいと思っています。当日は沿道での応援をお願い致します。

★日時：11月11日(日) 午前9時頃(予定)
阿木から恵那へ向け、想いとタスキをつなぎ走ります



昨年、阿木での
出発式の様子



(5) 10月～12月の介護予防教室

支援センターでは、「介護予防教室」を行っています。

高齢者の皆様が、いつまでも住み慣れた地域でいきいきと過ごしていく為に、健康増進、介護予防を目的としています。

「いばあちゃん(料理と体操)」

★日時：10月6日(土) 午前10時

★会場：中の島ふれあいホール

★内容：「カレーライス&野菜サラダ」、体操

★日時：11月3日(土) 午前10時

★会場：中の島ふれあいホール

★内容：「ハンバーグ&野菜サラダ」、体操

★日時：12月8日(土) 午前10時

★会場：中の島ふれあいホール

★内容：「カキフライ&タルタルソース」、体操

★講師：鷹見克彦さん



「曙いきいき会」(飯沼地区)

★日時：10月9日(火) 午前10時

★内容：阿木城址ウォーキング

★日時：11月13日(火) 午前10時

★会場：中の島パターゴルフ場

★内容：パターゴルフ

※雨天：体操、レクリエーション等

「寿会」(7区8区)

★日時：10月23日(火) 午後1時半

★会場：真原クラブ

★内容：阿木診療所船橋先生による講話、支援センターによる体操等

★日時：12月5日(水) 午後1時半

★会場：真原クラブ

★内容：体操、レクリエーション等

1区介護予防教室

- ★日時：11月7日（水）午前10時
- ★会場：寺領クラブ
- ★内容：体操、レクリエーション等

6区介護予防教室

- ★日時：11月27日（火）午後1時半
- ★会場：橋場クラブ
- ★内容：阿木診療所船橋先生による講話、支援センターによる体操、レクリエーション等

「長寿会」(広岡地区)

- ★日時：12月5日（水）9時半
- ★会場：広岡公民館
- ★内容：五感健康法
- ★講師：中津川市五感健康法推進員

中津川市シクラメン

地域包括支援センター

中津川市シクラメン地域包括支援センターは、福祉・介護や保健、医療などに関する高齢者の皆様の総合相談窓口です。どうぞ、お気軽に声を掛けて下さい。

●高齢者の皆様の生活全般や認知症の相談に応じ支援します

●高齢者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

●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ネットワークをつくります。

●要介護状態になる事を予防する介護予防教室等を開催します

【住所】中津川市阿木2811-1

【電話】63-3202

【担当】志水

【編集後記】

制服を着た警察官の方が、スポンジ片手に皿洗い。拭き上げる警察官の方との見事な連携。

これは7月に出前講座で伺った「安岐そば食べて話そう会」での1場面。毎年、地区社協、民児協主催で中の島ふれあいホールで行われています。こんな風景はめったに見る事ができるものではないですね。

「場所が診療所だと先生と話にくい、集会所だと話しやすい。」「こうした機会を持って、次、船橋先生と会った時に気軽に話がしやすくなった。」

これは、7月に八屋砥クラブへ介護予防教室で伺った時の参加者の方の感想です。阿木診療所の船橋先生と看護師さんたちが来てくれ健康講話を行いました。参加者の方は、先生との話言葉が止まりませんでした。

どちらもそうですが、阿木地域ならではの多職種連携で、これらも地域づくりの1つだと実感しました。

志水

