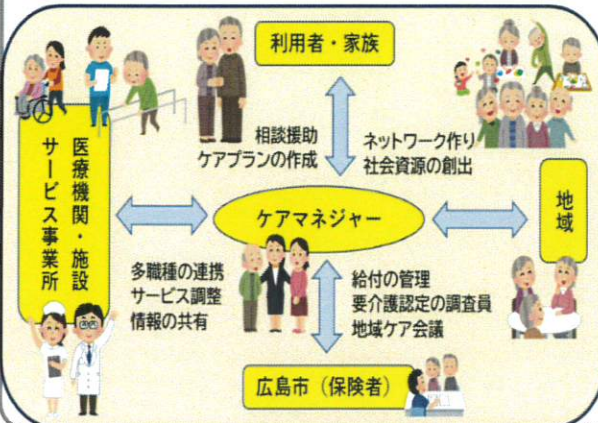


地域の皆様の生活を支える事業所のご紹介

はたのリハビリふるさと 居宅介護支援事業所

「はたのリハビリふるさと居宅介護支援事業所」には、5名のケアマネジャーが在籍しており、地域に根差した、皆様に寄り添える事業所を目指しております。何かお困りのことなどありましたらいつでもお気軽にご連絡ください。

介護保険制度と聞いても具体的に「何をしてもらえるの?」とわからないことも多いと思います。でも大丈夫、そのために私たちケアマネジャーがここ「ええ町せのがわ」にもいます! ケアマネは、要介護者や要支援者の皆様からの相談に応じ、高齢になっても住み慣れた地域で望む暮らしを続けたいという思いをサポートする仕事です。



要介護1~5の方で介護保険をご利用になれる場合、必ず居宅介護支援事業所のケアマネを見つけなくてはなりません。私たちはまず利用者様から生活のご意向をしっかりと伺います。それを受け、ヘルパーさんやリハビリなどの「介護保険サービス」をはじめ、地域にある様々な「社会資源」と利用者さまとをマッチングする『架け橋』となり、望む暮らしの



医療法人社団 長寿会
はたのリハビリふるさと
居宅介護支援事業所
安芸区中野7丁目21-18
tel: 082-820-3322
fax: 082-820-3323
営業日: 月~土曜 (8:30~17:30)
※日・祝日休み

しない、させない、高齢者虐待

もしかしたら?

と思ったら迷わずご相談ください
あなたの勇気ある行動が

困っている高齢者を助ける第一歩になります



虐待は暴力だけではありません

- 経済的虐待
- 心理的虐待
- 性的虐待
- ネグレクト(放任・放棄)

こんな電話がかかってきたら!!

「包括支援センター」と名乗り、
個人情報聞き出し、
悪用する事例が増えています!!

あれ?変だな

と思ったら、相手の名前を確認して一旦電話を切り、お手数ですが、
広島市瀬野川東地域包括支援センター
電話 (082) 820-3711 に
お問い合わせください。
またよろしければ、当センターの
連絡先をご登録いただければと思います。

認知症のこと

- 親が最近何度も同じことを言う
- 認知症の予防法は?

権利を守ること

- もしかして虐待!?
- お金の管理の自信がなくなった
- 消費者被害にあった

介護や健康のこと

- 足が弱ってきた
- 介護のやり方が分からない
- 今の健康を維持したい

さまざまな相談ごと

- 近所の一人暮らしの高齢者が心配
- どんな福祉サービスがあるの?

一人で抱え込んでいませんか?

地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが「チーム」で総合的に高齢者を支えます。

広島市安芸区瀬野2丁目17番33号

TEL: 082-820-3711
FAX: 082-554-5021
開館時間 8:30~17:30
(年末年始/日・祝除く)



ええ町せのがわだより

2024年4月 No.14

発行・編集/広島市瀬野川東地域包括支援センター



出張相談はじめました! お気軽にお立ち寄りください♪

この春、ショージみどり坂店
(フードコート内)にて、毎月第三水曜日
出張相談を始めます!!

健康や介護に関する相談や認知症について
お困りなこともお聞きします。
秘密はしっかりと守ります!!

無料 健康・介護 ショージみどり坂店

9:30~10:30

- 4月 17日(水)
- 5月 15日(水)
- 6月 19日(水)
- 7月 17日(水)
- 8月 21日(水)
- 9月 18日(水)

お気軽にお立ち寄りください!

健康や介護に関する相談や認知症についてお困りなこともお聞きします。秘密はしっかりと守ります。

広島市瀬野川東地域包括支援センター

TEL 082-820-3711



認知症とともに シリーズ ⑬

~認知症の人にやさしいまちづくり(7)~



認知症の人を正しく理解するために (7)

<認知症という状態を正しく知るために 3>

認知症の症状は、脳の神経の障害によっておこる「中核症状」と様々な要因が引き金で起こる「行動・心理症状」があります。

●「中核症状」はいきなり起こるわけではなく、長い年月の間に少しずつ頻度が多くなり、症状の程度も少しずつ重症化していきます。それに伴い、次第に日常生活の中でわからないことやできないことが増えていきます。

本人がまだ保っている機能もあるので、本人がわからなくなっていることやできなくなっていることは何か、保たれている機能は何か、といった両面をとらえて、できないことをサポートしながら、できることは本人に続けていただくことが大切です。

●「行動・心理症状」は、中核症状を起因として、本人の元の性格や環境、暮らし方、体調など、様々な要因がからみ合って起こります。そのため、周囲の人がかわり方を変えたり、環境を整えたりすることによって、症状を予防したり、やわらげることができます。

(出典 東京法規出版「みんなの認知症サポート」)

広島市認知症地域支援推進員 山根映子

行動・心理症状

攻撃的な言動
膝を立てて攻撃的になる

妄想
物盗られ妄想や捨てられ妄想、嫉妬妄想 など

不安・焦燥
落ち着かない
イライラしやすい

幻覚
現実にはないものを見た(幻視)、聞いた(幻聴)という

記憶障害
・新しいことを覚えられない
・すぐ忘れてしまう

見当識障害
・時間や月日、場所、人が分からなくなる

理解・判断力の障害
・考えるスピードが遅くなる
・2つ以上のことが重なると理解できなくなる
・新しい機械などを使えない

実行機能障害
・段取りが立てられない
・計画できない

睡眠障害
昼と夜が逆転する

うつ状態
気持ちが落ち込んでやる気がでない

ひとり歩き
外出し、帰道が分からなくなる

生活動作の失敗
入浴や排泄など、基本的な生活動作に援助が必要

包括支援センターは認知症に関する相談をお受けしております!些細な事でもお電話を!

瀬野のキラキラ人

～活動場所を変えて活動を続ける、介護予防拠点のご紹介～

原山サロン チャット会

約20年前から趣味などの活動をされているグループ

活動日 毎週金曜日
時間 13:30~14:30

オーラルフレイルって知っていますか？



昨年、安芸区の保健師さんと一緒に「お口の健康講座」を開催させて頂きました
講師：歯科衛生士さん
※集会所で最後の活動となりました

地域の集会所で活動されていましたが、令和6年2月に集会所の利用を終了する事になってしまいました…しかし、メンバーにより様々な調整を行われ、3月から、空き家を使用して活動を始められました！！



「活動を続けたい」との思いがみんなにあったので、今後の活動場所を悩んでいる時に、チャット会の創立者でもある家主に相談したら、「使っているよ」と言ってくれたことから、今も集まり、楽しく活動する事が出来ています。

(メンバー)

長く活動しているグループなのに、『場所がないから集まらない』というのは、さみしいなと思いました。今は住んでいない、私の自宅が活用出来るのならとの思いでお貸ししています。(家主様)



平成30年6月から活動の中に百歳体操取り入れておられます！

*百歳体操・サロンの立ち上げや健康講座については包括支援センターまでお気軽にご相談下さい。

みどり坂のご紹介

今回は『みどり坂母親クラブ』のご紹介です

みどり坂母親クラブのはじまり

令和元年にみどり坂児童館が開館し、その翌年に活動をスタートしました。今年で5年目になります。児童館を拠点に活動しています。年会費は500円で、活動会員と賛助会員がいます。子育て中の親子さんや小学生たちの喜ぶ顔を見ることが好きで、みんなで集まって手を動かしながらおしゃべりを楽しみたい人の集まりとも言えます。作品は、入学プレゼント・卒業プレゼントとして小学校にお届けしています。また、みどり坂夏祭りや公民館祭りに「お菓子すくい」を出店し、たくさんの子供たちに喜んでもらっています。



児童館と深いかかわり

みどり坂小学校の子どもたちが、放課後に安心して過ごせる居場所としての児童館や放課後児童クラブ。母親クラブは、児童館の行事に協力しています。児童館が企画して下さるさまざまな楽しい行事にたくさんの児童が参加して、楽しんでいる姿を見せてもらおうと、私たちも「協賛・協力できてほんとうによかったなあ」と思っています。特に、児童が主体的に児童館行事の運営に参加していてすごいなあと思います。

オープンスペースの様子



子育て支援『オープンスペース みどりっこじどうかん』は盛況午前中に空いている児童館をお借りして、毎月第1水曜日に、たくさんの親子さんに交流の場として過ごしてもらったり、季節に合わせたミニコンサートや絵本の読み聞かせ・手あそびなどで楽しんでもらっています。今年もたくさんの親子さんに参加してもらいたいな。

誰かと一緒に集うことの大切さ

3月9日(土)会員限定の行事を行いました。第1部は交流分析協会の鎌倉中国支部長に「ポジティブ子育て」と題して講義をしていただき、第2部は参加者全員で子育てトークやおしゃべりティータイムを楽しみました。やはり、誰かと一緒におしゃべりをするというのはいいですね。学びもあり新しい発見もあり、何といてもリフレッシュできました。参加者からも好評で『次回開催が楽しみです。』の声、うれしかったです。

私たちの仲間を募集中です

令和6年度は、今までの活動はそのままに、さらにみどり坂Pili.comにも参画して各種団体と協力して活動をしていきます。その取り組みが持続可能となるように、地域が元気になりこの町に住んでいてよかったと思ってもらえるような行事のお手伝いをしたいと思っています。私たちと一緒に活動してみませんか？

中野東のご紹介

～よろこびいっぱい
にぎわいいっぱい～



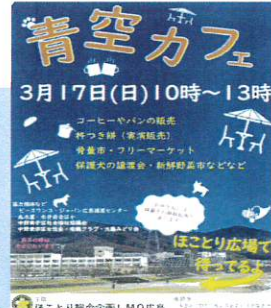
祝 銚取老人クラブ 「優良老人クラブ」受賞！

平原西・平原東・高部地区町内会の高齢者の皆さんを中心に日々活動されている「銚取老人クラブ」の皆さんが令和5年度全国老人クラブ連合会会長表彰の優良老人クラブに選ばれました。現在、会員は95名で百歳体操やランドゴルフなどでご自身の健康増進に努めるだけでなく、一人暮らしの会員さんへの声掛け、清掃活動などボランティア活動もされ地域全体に幅広く貢献されています。1月18日には集会所いっばいに会員さんが集い、笑いあり涙ありの素晴らしい祝賀会が開かれました。



3/17(日)ほことり広場で 「青空カフェ」Open!

昨年からのスタートした「ほことり総合企画LMO広島」による初めてのイベント「青空カフェ」あいにくの天気でしたが、中野東女性会によるパン・コーヒーの販売、バザー、中野東母親クラブによる綿菓子の無料配布、大藤みどり会による野菜の販売などが行われました。青空カフェは、今後も定期的な開催を予定されており、今回は、5月19日(日)となっています。



4/6(土)瀬野川さくら 芝桜まつり開催

満開のさくら景色の中、ほことり広場にて開催された芝桜まつりに包括職員も「健康チェック・出張相談」ブースで参加させて頂きました。たくさんの方におこし頂き、私たち包括のことを身近に感じてもらえる良い機会になったのではないかと思います。



中野東地区担当職員より

中野東地区はとても活気のある、地域のきずなを大切にされているところだと感じています。しかし、超高齢社会である事実は中野東も例外ではありません。高齢化率は35.2%で住民の3人に1人が高齢者であり近年は75歳以上の後期高齢者の数が前期高齢者より増えてきています。ご夫婦のみ・一人暮らしの方も増えてきています。「家に一人いる時に何かあったら…」「家族も遠方で…」と不安を感じている方とご近所ご友人など見守りをしてくれる方をつなげる「あんしんネット中野東」という見守りネットワーク活動を自治会町内会・老人クラブ・学区社協・民生委員と運営しています。詳しく聞いてみたいと思われた方は、各自治会・町内会会長や地域包括支援センターへお問い合わせください。