

平成十九年十一月二十八日（水）に渡鹿団地集会所『鹿の家』にて、本年度第四回目の「家族介護者教室」を開催しました。

今回のテーマは、『いつまでも、おいしく食べるために』。歯がない人も口腔ケアで、講師として熊本市中央保健福祉センター所長補佐の吉良直子先生にご講話頂きました。地域住民の皆様、約三十名の方に参加して頂きました。

口腔ケアの必要性や口腔体操についての講話があったり、唾液チェックテープを用いて唾液の酸性度ををはかったり、参加者は実体験を交えながら興味深く学ぶことができました。質疑応答も多数出て、楽しい雰囲気の中で閉会致しました。

今後も、地域の皆様方のニーズに合った内容で計画してまいりますので次回も是非ご参加いただければと思っております。



「認知症になっても大丈夫」
～みんなであつこう、安心して暮らせるまち～
これは中央保健福祉センターと地域包括支援センターが主催して、校区単位で認知症の方々やそのご家族を支援する「ネットワーク」をつくっていくものです。ネットワークには民生委員さんや自治会、老人会をはじめ、警察や行政、病院、施設、包括、ケアマネジャーさんも応援してくれます。

認知症は、誰にでも訪れる（発症する）可能性があります。昨年十月の第一回目は「認知症についての理解」、今年の一月の第二回目は「大牟田市の報告を聞く」として市役所十四階の大ホールで開催しました。託麻原、帯山西両校区からもたくさんの方々に参加していただきました。今後は、校区単位で進めていくことを予定しています。皆さんも出来ることを見つけて、ネットワークに参加してください。



編集後記

先日子供にせがまれ、近くの公園に出かけました。するとそこでも、介護予防で公園を散歩する人の姿が・・・。一週四百歩を体調が良い時には十周しているそうです。体調に合わせて無理をしないのが、継続の秘訣だとか。頭が下がりました。今後も皆様からの情報や、ご要望をお待ちしております。

藤田紀子

熊本市中央4地域包括支援センター
やすらぎの森
熊本市渡鹿5丁目1番37号
電話:096-375-1412
E-mail:forest@kyouninkai.jp
http://www.kyouninkai.jp/forest/

第2号

平成20年1月

笑顔

新年のご挨拶



新年、明けましておめでとうございます。昨年中は地域の皆様方には大変お世話になりました。今年も職員一同、精一杯がんばりますので、よろしくお願いいたします。

今年の抱負”の前に、昨年私たちが取り組んできたものを、ちょっとご紹介いたします。ひとつは予防の介護保険サービスを利用されている方々に、私どもに対する“満足度”調査を行いました。それと託麻原・帯山西校区の方々の協力を得て、ケアマネジャーさんや中央保健福祉センター、熊本市社協さんたちと一緒に「福祉マップ」を作りました。

さて、今年は何をするか！ですが、皆様方と共に、『地域』で、
①認知症支援ネットワークづくり
②介護予防自主グループ活動支援
③医療関係者も含めた勉強会開催
などを、やんわりとこころ書かないと、スタッフに叱られます。やっつけていきたいと思います。どれも地域の皆様方と一緒に始めたいと思います。ご協力をお願いいたします。①については四面に詳しく書いておりますので、お読みくださいませ。それでは、今年もよろしくお願いいたします！

(那須)



今年も皆様のお役に立てるよう、頑張ります！！



(藤垣)



(藤田)



(吉岡)



はじめまして、やすらぎの森の森綾子です。(しつこいですが...)
昨年の12月からお世話になっております。
年齢不詳ですが、新人です。何かと行き届かないところもあると思いますが、末永くよろしくお祈りします。



託麻原民生委員児童委員協議会



会長 濱和子

「お元気ですか」「お変わりありませんか」と話しかけ、民生委員は、地域や高齢者との連携を大事にしなから、福祉の活動をしています。

地域の福祉は地域単位でと、健康で住み良いまちづくりを目指して熊本市でも「包括支援センター」が設置され、私達の校区でも「包括支援センター」や「やすらぎの森」の支援のもとに医療や介護や福祉等・・・のまちづくりの活動を続けております。今、私達が取り組んでいることの一つに、町内ごとの高齢者サロンの設置があります。昔、御近所同士がお茶を飲みながら、縁側で腰掛けて世間話をした頃の時間が各町内に出来て、忘れかけた人と人が助け合い、支え合い、知り合い、御友達関係の輪が広がり、やさしい環境のまちづくりができればと思っております。

地域の皆様からのメッセージ

～今回は両校区民児協会長様からいただきました～

帯山西民生委員児童委員協議会



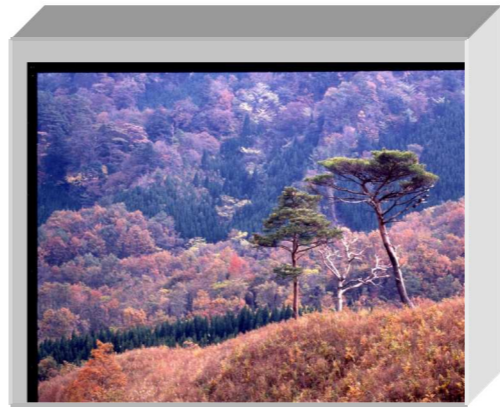
会長 磯邊ミチ子

地域包括支援センターやすらぎの森さんがスタートして二年が過ぎようとしています。存在感、福祉マップ完成、校区社協事業、「心と体のイキイキ教室」、やすらぎの森で実施される「家族介護者教室」の企画運営、参加呼びかけ、ボランティア支援に尽力をたまわり感謝に絶えません。

民生委員は、参加される皆様とふれあいの場としてほのぼの感を味わっています。

校区社協と両輪で歩む地域福祉の核となるべき民生委員活動。

福祉を利用される皆様の状況把握、いつも適切なサービス、相談の橋渡し、見守り、包括支援センターやすらぎの森さんとの密接な関係、個人情報保護法がゆれ動く中、絶えず情報を把握して、尊厳を支える地域のネットワークが広がりますことを願っています。



古閑鈴明様ご提供

サロンを通じてひとり暮らしや、高齢者の方々の見守りにも繋がります。まだまだサロンの設置も充分ではありませんが、包括支援センターを中心にして社協、民協が協力し、充実したものにしていきたいと思えます。サロンに参加された高齢者の生き生きとした笑顔が印象に残り、サロンの必要性を痛感しています。地域活動は一朝一夕にして出来るものではないと思います。日ごろから地域と関わり、支援を必要とする人達の為に、信頼される関係を築く事が大事です。その為にも、包括支援センター、自治会、社協、民協や各種地域の団体と連携して、福祉のまちづくりに努めたいと思います。

地域の“お元気さん”



帯山にお住まいの築紫さん。大正14年生まれの82歳です。今回介護保険で要支援2から非該当になられ、老人会等へも積極的に参加され、活動的に生活されています。

Q 元気の秘訣を教えてください？

A 腰椎圧迫骨折をしており、腰は痛いですが。一時は体調が悪く気分も落ち込みがちでしたが、段々元気になってきました。それは、家族の支援はもとより、地域で行われているサロンに参加するからだと思っています。サロンで体を動かしたり、人と触れ合うことで元気になります。



「こんな事やっています！」皆さんも参加しませんか？

今回は、帯山西コミュニティセンターで毎週火曜日午前十時から十二時までで行われている、「太極拳」をご紹介します。

体力づくりや柔軟性を養うために、大変合理的な優れた運動（技）が、太極拳です。四十八式太極拳は、世界中に八十万人の愛好家があります。ここ帯山西地域コミュニティセンターでは、毎週火曜日の十時～十二時に、中国人の項青先生が指導をして下さいます。先生自身、心疾患を患い、治療後の身体慣らしのつもりで始められたそうです。参加者一人ひとりに合わせた指導で無理をすることはありません。是非皆さんも健康維持・介護予防の目的で始めてみませんか？



～これからもお元気でお過ごしください～

