

# 笑顔

第4号

平成20年7月

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/

## 中央4圏域の“居宅介護支援事業所”の紹介

この圏域では3ヶ所の事業所しかありませんが、ケアマネさん全員が協力的であり、地域の皆様  
 が安心していきいきとした生活を送れるように、お手伝いしていただいております。

### 水前寺しょうぶ苑

介護のことでお悩み、お困りのことは  
 ありませんか？介護支援専門員(ケアマ  
 ネジャー)が、要介護認定申請の代行や、  
 介護保険に関する相談手続き代行など  
 を行います。 連絡先：381-2080



### 橋口プランニングセンター

利用者の方が一人でも又障害を持って、  
 福祉サービスを利用して住み慣れた自宅  
 で地域の中で生活できるように、微力で  
 すがお手伝いさせていただきます。  
 連絡先：211-5363



### フォレスト熊本

住みなれた地域で安心して生活できる  
 ように、一緒に考えていきたいと思い  
 ます。介護保険等のご利用について、  
 お気軽にお尋ね下さい。  
 連絡先：363-0101



★  
 たいいま修行中  
 ★  
 こんにちは！私はやすらぎの森で5月よ  
 り7月末まで実習させて頂いている、九州  
 保健福祉大学社会福祉学部『塚本あゆみ』  
 です。地域の皆様にお会いでき、うれしく  
 思います。お一人おひとりの笑顔で地域は  
 明るくなると感じます。  
 地域の中で沢山の  
 結(ゆい)ができ、  
 つながる街づくりが  
 夢です。(市の介護予  
 防サポーター受講中)



包括の職員紹介  
 7月1日より地域包括支援センター  
 やすらぎの森と居宅支援事業所フォ  
 スト熊本の兼務で入職しました、『倉田  
 朱美』です。この新聞の表題と同じよ  
 うに“笑顔”を絶やさず、頑張ってい  
 きたいと思えます。どうぞ宜しくお願い  
 致します。



#### 9町内サロンの様子



手作りのおはぎを戴き  
 ました。とてもおいし  
 かったです😊

#### 6町内サロンの様子



折り紙で“鍋敷き”を作り  
 ました。とても難しく、頭  
 の体操になりました😓

今回は託麻原校区6町内サロンと9  
 町内サロン(なごみ会)のご紹介です。  
 各サロン、血圧測定や健康チェックから  
 始まり、和気あいあいと体操や工夫を凝  
 らしたゲームなどを楽しまれていまし  
 た。(9町内サロンでは4月から施行さ  
 れた後期高齢者医療についての話があ  
 りました。)昼食会では、各サロンおし  
 やべりに花が咲いていました。

豊後市社会福祉協議会(株)の紹介



活発な意見交換が行わ  
 れました。



★編集後記★  
 「毎日、暑いですね」が口癖にな  
 りそうな日が続いています。海に山  
 に！！といきたいところですが、暑  
 さに負け仕事が終わると家でゴロゴ  
 ロが日課になっています。皆様から、  
 おすすめの夏バテ対策などがありま  
 したら是非教えていただければと思  
 います。

森 綾子

▼フォレストすこやかクラブ▲  
 フォレスト熊本の介護予防事  
 業・地域パワーリハビリを卒業さ  
 れた方が百名に近づいています。  
 卒業された方々の親睦を図る目  
 的で、来月「卒業生の集い」を開  
 催することになりました。その企  
 画委員会が、先日行われました。



「帯西まつり」の開催について

会長 渡辺 晃一



帯山西校区には現在「伝承あそび」・「帯西校区体育祭」・「もちつき大会」・「帯西まつり」の「4大まつり」があり、今年も「帯西まつり」が十月二十六日(日)帯西小学校体育館・帯西地域コミュニティセンター2会場にて開催されますので、大勢の方にご参加されるよう隣近所お誘いくださるようお願いいたします。

## 地域の皆様からのメッセージ

「帯西まつり」も今年で第4回目になり、年々参加者が増えて校区住民の方にも認知されてきております。

第1回目の時は、帯西コミセンを主会場に舞台を設置しましたが、あいにくの雨で往生しましたので、第2回目よりは小学校体育館をお借りして開催しました。

去年第3回目は新機軸で「P・T・Aの友愛セール」との共催で開催し、結果オーライに終わりました。それで今年も新メニューを考えておりますので、校区の皆さんにも「まつりのアイデア」を事務局あて(電話三八一〇五三六)までお寄せ下さい。



平成18年6月3日に行われた、帯西ウォークラリーです！

### 悪質商法に気をつけましょう！

先日、熊本県消費生活センター主催の「悪質商法被害を防止するための研修会」に参加しました。

七十歳以上の高齢者からの相談は、十年前の2.4倍と増加しているそうです。高齢者からの相談は、架空請求や消費者金融のほか、健康食品、健康器具、布団など健康不安につけ込んだトラブルが多くなっているとのこと。運悪く契約してしまった時には、多くの場合クーリング・オフができません。何か困ったことがあれば、包括まですぐにご相談下さい。

### 悪質商法お断り!

**悪質商法の被害に遭わないための10の心得**

- ①「うまい話はこの世にない」を肝に銘じておく。
- ②「タダより高いものはない」を肝に銘じておく。
- ③見知らぬ人の親しげな接近には要注意。
- ④相手の身なりや態度に感ぜられない。
- ⑤簡単に玄関に入れない。家に上げない。
- ⑥長話をしない。
- ⑦契約の意思がないのなら最初にキッパリと断る。
- ⑧あまいな返事をしない。
- ⑨預貯金などのプライバシーを明かさない。
- ⑩不審を感じたら家族や公的な相談機関等に早めに相談する。

熊本県

## 地域の“お元気さん”



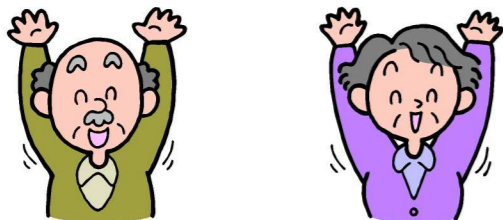
「パソコンや大正琴など、頭の体操をしながら人生を楽しんでいます。最近ではデジカメを買って遊んでいます。」

熊本市帯山一丁目  
宮崎千代 (91歳)

※ご本人さんが入力されました。

宮崎さんは、現在要支援2の認定で通所リハビリのサービスをご利用されています。ここではパソコン教室に参加されており、宮崎さんはデジカメで撮った写真をパソコンで編集し年賀状を出されたり、熊本市シルバー発表会で習字の作品を展示されたり、またお身内や仲間の方々と大正琴のコンサートに参加されたりと、生きがいを作っていきいきと生活を送られています。最近はお孫さんの結婚式にご出席され、お孫さんの手を取って赤じゅうたんのの上をお歩きになったようです。私が訪問するといつもこちらが元気にさせられています。これからも元気で楽しい生活を送ってください！

(文責：那須)



## 「こんな事やっています!!」 皆さんも参加しませんか?

### 民踊サークル

今回は、民踊(みんぶ)サークルをご紹介します。これは、帯山西地域コミュニティセンターで水曜日の十時から十二時まで行われています。(第三週はお休み)新垣先生によると、このサークルのモットーは「元気に、仲良く、楽しく」だそうです。「上手にならなくても、楽しくできればいいですよ」とやさしい笑顔で語っていただきました。実際、和気あいあいとして、参加者の皆さんもとても楽しそうでした。

参加者大募集中。皆さんも、心と身体の健康のために是非参加してみてください。

♪♪「還暦祝い節」♪♪  
というお祝いの歌に合わせて、力強く踊っていただきました。

