

ほっかぽ

春号
平成 28 年 4 月吉日
No. 26 年 4 回発行

地域包括支援センターだより
発行：包括広報編集委員会
清瀬市役所 地域包括ケア推進課
〒204-8511 清瀬市中里 5-842
電話 042-497-2082

だより

地域包括支援センターにはどんな相談ができるの？

地域包括支援センターは平成 18 年より設置され、平成 28 年 4 月現在、市内 4 ヶ所で運営していますが、市民の皆さんの中にはどんな相談をしたらいいの？と、まだ地域包括支援センターのイメージが掴みづらい方もいらっしゃるようです。今回はセンターに寄せられる相談内容を元に、主な機能についてご紹介します。

介護認定を申請したいのですが…

病气や怪我で入院したけれど、退院の準備をどうしたらいいの？

高齢者を大声で叱っている声が聞こえるんです

お隣さんの所に怪しい方が出入りしています

総合相談

介護や医療をはじめ、高齢期の様々な困りごと、福祉サービス利用についての相談を受け付けます。また、地域にお住まいの高齢者の心身状況、生活状況について、訪問等により把握しています。必要に応じ安否確認も行っています。

権利擁護

高齢者の虐待への対応・予防、消費者被害の防止、成年後見制度の活用促進などを通じ、地域にお住まいの高齢者の権利擁護に努めます。

最近、お金の管理に不安を感じようになりました

隣のポストに新聞が溜まっています。ここ数日見かけないのだけれど…

近所の人認知症じゃないかしら？



要支援の認定を受けたけれど、どのようなサービスが使えるの？

介護予防教室に行って運動したい！

市内の地域包括支援センター

お住まいの地区ごとに担当のセンターがあります

松山地区

→清瀬市地域包括支援センター

元町、上清戸、中清戸、下清戸地区

→きよせ社協地域包括支援センター

野塩、竹丘、梅園地区

→きよせ信愛地域包括支援センター

中里、下宿、旭が丘地区

→きよせ清雅地域包括支援センター

各センターの連絡先は4面に掲載しています。

介護予防マネジメント

要支援認定を受けた方が介護保険サービスを利用するためのプラン作成、また介護保険外の介護予防事業の利用促進を行っています。

最近、買い物や掃除が大変になってきて…

これらの事業に加え、ネットワーク構築機能、医療・介護の連携推進、認知症施策等への取り組みを通じて、高齢者の方々が住み慣れた地域で生活を継続できるように、地域づくりに取り組んでいます。

よってこカフェ in ナルド

どなたでも気軽に交流できる認知症カフェです。
相談員がいるので、物忘れや介護についての相談もできます。
最近物忘れが気になる方や認知症の方、家族介護者の方、
認知症に関心のある方、医療・介護従事者の方どなたでも
お気軽にお立ち寄りください！



OPEN 第1・第3木曜日 13:30~16:30

4~7月の開催予定です

4月21日(木)★	5月 5日(木) 19日(木)★
6月 2日(木) 16日(木)★	7月 7日(木) 21日(木)★

★の日は医師などによる「認知症に関するミニ講話」があります



複十字病院 飯塚先生の講話風景です

会場 清瀬市元町 1-18-11 ナルドの壺

MENU コーヒー・紅茶・緑茶・本日のおすすめ
お菓子付きで 300円♪



ナルドの壺へのアクセス
清瀬駅北口から徒歩10分

お問合せは
清瀬市地域包括支援センター
電話：042-497-2082 まで

認知症サポーター養成講座やいます！

認知症を正しく理解し、認知症の方やそのご家族を温かく見守り、応援する「認知症サポーター」の養成講座です。受講された方には、サポーターの証“オレンジリング”をお渡しします。

【日時】平成28年6月11日(土)
10:00~11:30

【定員】60名(無料:事前申込み制)

【会場】生涯学習センター(アミュービル) 6階 講座室1

【お申込み】5月15日から きよせ清雅地域包括支援センター

電話：042-495-1370 まで

市報も
要チェックじゃ！



ゆりの会

～認知症高齢者を介護する
ご家族の交流会～



認知症高齢者を介護するご家族の交流を目的に「ゆりの会」を開催しています。この会は家族の立場で今抱えている問題や悩みを率直に語りあい、気持ちを少しでも楽にして明日へのエネルギーにつなげていく場所です。認知症の方を支えているご家族が集まりそれぞれの体験談、悩みなどを語り合っています。

どうぞお気軽にご参加ください。

開催スケジュール

開催日	毎月1回 水曜日に開催します (開催スケジュールをご確認ください) 午後1時30分～3時30分
開催場所	男女共同参画センター (清瀬駅前アミュー4F) お越しの際はお間違えのないよう お気をつけ下さい。

4月13日(水)、5月18日(水)、
6月15日(水)、7月13日(水)、
8月17日(水)、9月14日(水)

※上半期の開催予定です。下半期のスケジュールは改めてお知らせします。
また、会場や日程は変更になる場合があります。市報などでご確認ください。

ゆりの会に参加された方々の声

会場が変更になっています！

平成28年度は毎月、日中の開催予定です。

「本人の症状の進行と共に介護が嫌で仕方なくなり、本人にきつい対応をしてしまった。
つらい気持ちをこの場で話せて気持ちが楽になった」

「他の参加者の一言が悩んでいた事や困っていたことの解決の糸口になって助かった」

「介護をしているのが自分1人ではないとわかり心強く思った」 など

もしかして 高齢者虐待かなと思ったら・・・

介護を受けている高齢者の中には、辛くても不満があっても、声を出せない人がいます。
「高齢者虐待」は、暴力的な行為だけではなく、以下のような例が該当します。

放棄・放任

- ◆劣悪な環境で放置する
- ◆世話をしない、病院に行かせない 等



身体的虐待

- ◆殴る、蹴るなどの暴力
- ◆ベッドに縛り付ける 等



心理的虐待

- ◆叱りつける、無視する
- ◆排泄の失敗に対して恥をかかせる 等



経済的虐待

- ◆年金や貯金を本人に無断で使う
- ◆必要なお金を渡さない 等



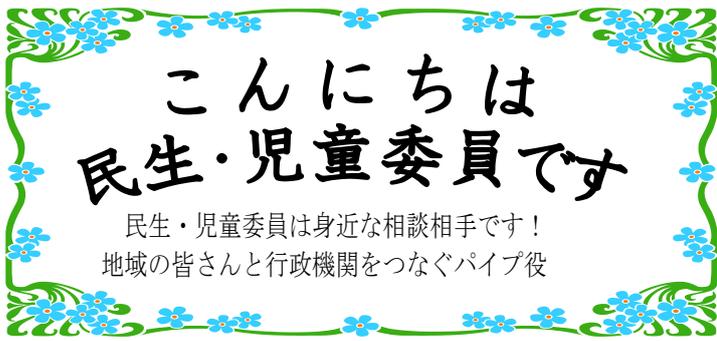
他にも「性的な嫌がらせ(性的虐待)」、「改善の見込みがないにもかかわらずリハビリを強要する」、「世間体が悪いので来客に全く会わせない」といった行為も虐待として定義されています。

迷ったらまず相談を！

「高齢者虐待」は、虐待をしている人に自覚があるとは限りません。高齢者が危険な状態におちいついていても、虐待の自覚がないことが多いのも特徴です。「虐待を受けているかも…」と思ったらぜひ裏面の地域包括支援センターへ連絡してください。通報者についてはわからないように対応します。

平成18年に施行された高齢者虐待防止法では、高齢者のみならず養護している方の支援も目的とされています。地域包括支援センターは虐待をしてしまう養護者への支援も行っています。

※介護保険施設や介護サービス事業所等の職員による虐待を受けたと思われる高齢者を発見した方は、清瀬市役所健康福祉部高齢支援課介護サービス係(電話：042-497-2080)へ相談してください。



こんにちは 民生・児童委員です

民生・児童委員は身近な相談相手です！
地域の皆さんと行政機関をつなぐパイプ役

5月12日は 民生・児童委員の日です！

民生委員制度の前身「岡山県済生顧問制度」が、大正6年5月12日に創設されてから、間もなく100周年を迎えます。毎年5月12日～18日の民生・児童委員の活動強化週間には、各市区町村で普及・啓発活動がさかに行われますが、100周年を間近に控えた今年は一層活発になります。5月16日に行われる新宿通りのパレードには、昨年より規模が倍増した、都内の民生・児童委員3,000人が参加する予定です。

清瀬市民生・児童委員協議会では、5月12日の夕方、清瀬駅前にて駅頭啓発活動を行います。普及啓発グッズや、作りたてほやほやの機関誌『てとてとて 第7号』の配布を行います。今号の『てとてとて』は、これまでの白黒印刷からカラー印刷に、また文字を大きめにし、写真やイラストでわかりやすく、民生・児童委員の活動が伝わるように工夫しました。ぜひ駅頭啓発活動にお立ち寄りいただき、お手にとってご覧ください。なお、市内の75歳以上のみでお住まいの世帯にも民生委員が直接配布いたします。際はどうぞよろしくお願いたします。



*東京都民生・児童委員連合会
キャラクター「ミンジー」です*

清瀬市地域包括支援センター

暖かくなり、たくさんのお花が咲き、出かけるのが楽しい季節になりました。お散歩ついでに、清瀬市内のサロンや健康教室に立ち寄ってみてください♪

担当：松山
電話：497-2082
中里 5-842
健康センター内

きよせ社協地域包括支援センター

木々の新芽が美しい時期となりましたが、それでもまだ寒い日もあります。急激な温度差によるヒートショックには十分ご注意ください。

担当：上/中/下清戸・元町
電話：495-5516
下清戸 1-212-4
コミュニティプラザひまわり内

清瀬市高齢者ふれあいネットワーク事業



平成18年より開始した清瀬市高齢者ふれあいネットワーク事業も、皆様のご協力のもと、今年度で10年目になりました！事業開始当初は利用者が23名、協力員が60人でした。平成28年現在のふれあいネットワーク事業は、利用者が36名、協力員が43名ですが、協力員の43名のうち17名は、なんと平成18年度の事業開始時から10年間続けて活動して下さっている方です！ふれあい協力機関も当初130箇所ほどでしたが、現在は220箇所を越えています。

10年間ふれあいネットワーク事業を続けてこれたのは、協力員、民生・児童委員の皆様、協力機関の皆様、当事業を利用していただいている皆様のおかげです！心から感謝申し上げます！

ブロック連絡会を開催しました

平成28年2月に、1年間の活動への感謝の気持ちをこめ、各地域包括支援センターのエリアごとにブロック連絡会（茶話会）を開催しました。ブロックごとに内容は様々（在宅医療についてのDVDをみて意見交換をしたり、今年度の活動の振り返りや、日頃心がけている事等の情報交換）でしたが、お茶菓子を食べながら楽しくお話ししていただきました。

今後も清瀬市では高齢者の見守り活動を続けていきます。地域で不安を抱える高齢者の方がいらっしゃいましたら、お気軽に地域包括支援センターにお問い合わせ下さい！



市民の方デザインの
シンボルマークです！

きよせ信愛地域包括支援センター

沈丁花の香りが大好きです。家庭訪問からセンターへ戻ると植込みの沈丁花がふわりと香り、毎年春を感じます。みなさんは何で春を感じますか？

担当：野塩・竹丘・梅園
電話：492-1850
梅園 2-3-15
特養老人ホーム信愛の園内

きよせ清雅地域包括支援センター

4月で開設1年を迎えました。担当地域の高齢者の方々が気軽に相談できるセンターとなるよう今後とも関係機関と連携してまいります！

担当：中里・下宿・旭が丘
電話：495-1370
中里 5-91-2
特養老人ホーム清雅苑内