

こ

ん

に

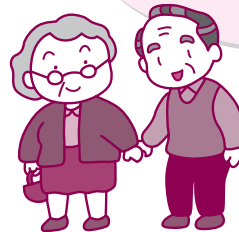
ち

は

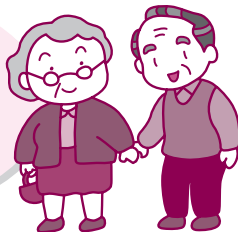
東根市地域包括支援センターです！



地域包括支援センターへ
行ってみっか！
確か、ふれあいセンターの1階に
あるって聞いたんだぞう。

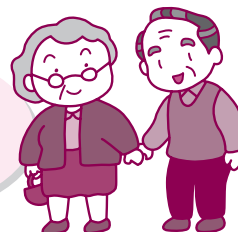


あった！あった！
赤レンガ色だから、
すう〜ぐわかるっちゃ。
入ってみっべさ。



玄関入ったら正面に
地域包括支援センターが
あったぞ。
とてもわかりやすいところ
だちゃあ。

私は、弁当届けて
くれるどこないが、
聞いてみっだいでう。



せっかく来たがら、
介護保険のごとでも
聞いてみっか。

東根市地域包括支援センター

東根市ふれあいセンター 1階

TEL.42-3939 FAX.43-2331

ホームページアドレス <http://www.higashine-houkatsu.jp>



母が必要のない健康器具を買ってしまったようで...

社会福祉士は 高齢者の安心を守ります。

いつまでも安心して生活したいですね。



板垣 久



菊地めぐみ

一人ぐらしの丹戸くるさん。県外にいる息子が帰省したところ、自宅に見慣れない健康器具がありました。どうやら、訪問販売で購入した様子。丹戸さんと息子さんと相談し、返品することにしましたが、どこへ連絡したらよいのかわからず、困ったと相談にみえました。そこで、社会福祉士は丹戸さんの生活状況を確認しながら、不必要な健康器具の返却方法をアドバイスし、担当の民生委員さんにも連絡し、日頃の見守りも依頼しました。そのほか、一人暮らしや高齢者のみで暮らしている方へ積極的に訪問し、生活状況を把握しながら、困っていることはないか確認しています。

東根市地域包括 支援センター



お友達と一緒に
デイサービスに
通いたい

ケアマネジャーは 要支援1・2の認定を受けた方の ケアプランをつくっています。

介護保険のサービスって
いっぱいあるよ!!

要支援1の認定を受けている丹戸くるさんより相談を受け、ケアマネジャーは丹戸さんや家族へ介護保険制度の説明を行い、介護予防について一緒に考えました。丹戸さんが希望しているデイサービスの利用により、どんなふうに生活を改善していきたいのか目標を立て、共有し、話し合った内容を書類にまとめました。その後、デイサービスの担当者と共に、丹戸さんや家族と書類の内容を確認し（サービス担当者会議）、ようやく丹戸さんはお友達と一緒にデイサービスに通い始めました。その後も、目標がどの程度達成できているのか、時々丹戸さんと共に確認しています。



梅津 浩子



齋藤 栄子



滝口 典子



佐藤 信行

センター所長は、地域包括支援センターの司令塔です。

職員のチームプレイを
大切にしています。

地域包括支援センターの業務全体を把握し、
管理しています。



ヘルパーさんに
草取りをして
もらいたい!!

主任介護支援専門員は 市内のケアマネジャーの 相談役です。

気軽に
声がけて
くださいネ。



水野 精江

丹戸くるさんを担当しているケアマネジャーより相談がありました。ケアマネジャーが、介護保険制度ではヘルパーさんに草取りを依頼することができないことを説明したものの、丹戸さんは、なかなか納得しないとのことでした。そこで、主任介護支援専門員は、ケアマネジャーと一緒に丹戸さん宅を訪問し、丹戸さんの思いを聞き取りながら、介護保険制度について再度説明を行い、草取りを依頼できる別のサービスを紹介しました。そのほか、東根市内のケアマネジャーを対象にした会議や研修会を企画・開催したり、介護保険制度について知りたいと相談のあった高齢者宅を訪問し、説明することもあります。



ケアマネジャー会議の1コマです。



最近つまずく
ことが
増えていて...

保健師は高齢者の 介護予防を推進しています。

自分なりの
介護予防に
取り組んで
いますか??



齋藤 真紀

転んで骨折し、寝たきりになるのではないかと不安を訴え相談にみえた丹戸くるさん。保健師は、丹戸さんの体調や生活習慣を聞き取りながら、まずは生活習慣を見直すアドバイスを行いました。その後も定期的に自宅へ訪問し、体調や生活状況を確認しています。そのほか、各種介護予防教室を開催したり、高齢者が集まる老人クラブやサロン等で健康や介護予防に関するお話をしたり、血圧測定等の健康相談を受けたりしています。また、体調に不安を抱えながら自宅で生活している高齢者の方のお宅を訪問して相談に応じることもあります。



敬老会で「はつらつ運動教室」
を開催しました。

こんにちは！ おたっちゃん

今回は、結城トヨさん（長瀬地区）をご紹介します。

結城さんは、86歳になりますが、現在も現役で畑仕事にとりくんでいます。トラクターを運転して畑を耕すこともあるそうですよ。そんな結城さんにお話をうかがいました。

◆今、楽しんでいることは？

パソコンが面白い！

平成18年にシニアパソコン教室に参加してから続けているそうです。

畑で野菜を育てて、収穫するのも楽しみだそうです。

◆元気の秘訣とは？

結城さんがしたいと思うことに対して、ご家族は決して「ダメ」とは言わないそうです。したいことが自由にできることが元気の秘訣だとお話してくれました。

◆好きな言葉は？

「感謝」。ありがとうと感謝の気持ちが大切だと教えてくれました。とても優しい笑顔が印象的な結城さんでした。



ちよっといっぱく

前回のクロスワードの答えは「カイゴヨボウ（介護予防）」でした。5歳～88歳と幅広い年齢層の方よりたくさんご応募をいただき、ありがとうございました。あたたかい励ましの言葉やご助言などもいただき、職員一同感激しました。

ありがとうございました！



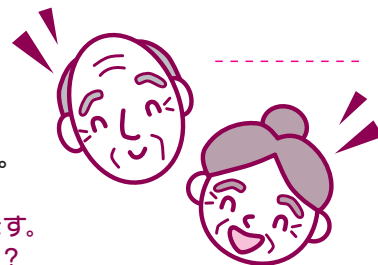
今回は……簡単な体操のご紹介です。

なにか複数の動作を一緒に行うことが、頭の体操になりますので、試してみてください。

- ①まずは右手で握りこぶしをつくり、テーブル等をトントンとたたきます。
 - ②今度は左手です。手をひらいたまま、テーブル等をスリスリとなでてみます。
 - ③最後に、①と②で行った動作を一緒に行います。
- 右手と左手の動きを時々入れ替えてみるのもお試しを。

もうひとついかがですか？

- ①右手で自分の鼻をつまんでください。
 - ②右手はそのまま、今度は前の方から左手で右の耳をつまみます。
 - ③「せいの！」と声をかけて、右手と左手を入れ替えます。
- つまり……右手で左の耳をつまみ、前の方から左手で自分の鼻をつまみます。
自分の鼻の場所がわからなくなったり、ほっぺたで耳を探していませんか？



自分の動作で笑ってしまったのではないのでしょうか？ 人間、笑うことで免疫力がアップするそうですよ～
「笑う門には福来たる」たくさん笑って、たくさんの方の福を呼び寄せましょう。また次回をお楽しみに。

地域の身近な相談窓口(フランチ)もご利用ください。

東郷地区・高崎地区

特別養護老人ホーム
白水荘

電話 44-2366

東根中部地区

山形ロイヤル病院
指定居宅介護支援事業所

電話 43-8222

神町地区

ニチイ
ケアセンター東根

電話 49-1553

大富地区・小田島地区

ナーシングホーム
さくらんぼ

電話 36-0086

長瀬地区・東根北部地区

特別養護老人ホーム
第二白水荘

電話 41-1121