



はつらつ



地域の方と一緒に見守り支援！！ 玉出ネットワーク委員の方と同行訪問

平成23年6月に玉出地域の西・中・東の地区ごとでネットワーク委員さんとの学習会を開催し、日頃の見守り活動についての情報交換をさせていただきました。

一つの町会で高齢者が**100人を超える**地域もあったのですが、そのほとんどを委員さんが把握しておられたのには驚きました。この学習会を通じて、地域の高齢者、ネットワーク委員会、地域包括支援センターの**つながりをより深めるために、緊急連絡カードを配る**こととなりました。このカードはお出かけの際に財布などに入れて、外出先で倒れた時など、身元の確認が必要になった場合に役立てていただくものです。この秋からネットワーク委員さんと一緒に高齢者のお宅を訪問して、カードをお配りしています。

ご近所をよく知っているネットワーク委員さんと一緒に訪問するため、突然の訪問にも快くお話を聞いて頂き、改めて委員さんの日々の見守りの力を実感しています。玉出地域は高齢者の方が多く、全ての町会を訪問するには時間がかかりますが、ご近所とのつながりを大切にし、安心して暮らせるまちづくりができるような活動をこれからも続けていきたいと思えます。



地域の高齢者について一緒に話し合い



ネットワーク委員さんと一緒に訪問。

西成区認知症サポーター養成講座に参加しました！



12月12日（月）西成区民ホールの会議室にて認知症サポーター養成講座を行いました。認知症サポーターとは、認知症になっても安心して暮らせる街を目指して、認知症のことを正しく知っていただく活動です。西成区では“キャラバンメイト”とあって、講座を企画する仲間がいて包括センターもメンバーの一人です。今回包括センターは、講師役として参加しました。受講していただいた方は、地域の方や介護事業所の方、社会福祉協議会の方と様々で、最後に一言ずつ認知症についての思いを話していただきました。認知症サポーター受講の証として右の写真にある**オレンジリング**を渡して終了しました。



受講の証
オレンジリング

認知症についてもっと理解を深めたいと思われる方は、玉出地域包括支援センターまで連絡ください。

連絡先は裏面を参照ください。

はつらつウォーク (介護予防事業)

11月25日(金)に第2回 はつらつウォークを行いました。この事業は、介護予防教室を終了された方で、“教室を終了しても何か運動を続けていきたい”という意欲を持った方が集りできた事業です。

今回は、『紅葉をみながら歩きましょう!!』という事で、木々の豊かな南港ポートタウン内を散策しました。今年は気温が高かったため、残念ながら例年に比べて紅葉は少なかったのですが、参加者の皆さんは『緑がいっぱいで、鳥のさえずりが聞こえて、なんか遠くまで来たい・・』と喜んでいただき、7000歩も歩きました。来年、桜の咲く季節に、歩きたいと思います。みなさんも一緒にどうですか？



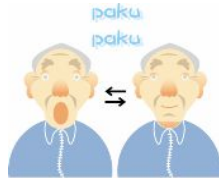
はつらつウォークで南港に行きました！

介護予防教室とは？

介護状態にならないように、運動や栄養のことで学ぶ取り組みです。参加希望の方は玉出地域包括までご連絡ください。



運動して体力をつける。



飲み込むことや口の体操を学ぶ



栄養について学ぶ。



みんなで集まって楽しく過ごす

玉出地域包括支援センター1月～3月の行事予定表

《ケアマネージャー関係》

- ・南ブロック勉強会 次回 2月に予定日時決まり次第連絡します。
- ・ケース対応について悩みや不安があれば随時相談受け付けています。

《介護予防事業関係》

- ・はつらつウォーク 3月頃開催予定 参加ご希望の方は包括までご連絡ください。

《家族介護者教室》

- ・2月予定 施設見学 “特別養護老人ホーム ローズ”

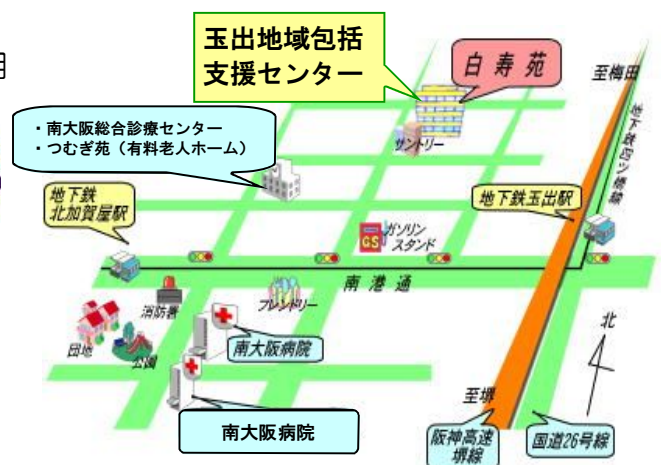
《地域参加》

- ・1月22日 玉出地域防災訓練

玉出地域包括支援センター



介護のこと、認知症のこと、などの相談は



住所：西成区南津守7-12-32白寿苑内

☎ 電話 06 (6651)6888