

北部包括だより

令和4年 夏号

地域包括支援センターは、伊勢原市から委託を受けて看護師・社会福祉士・主任ケアマネジャーが地域で暮らす高齢者の皆様をサポートしています。お電話やご来所、訪問で相談の対応を致します。お気軽にご連絡ください。

電話番号 0463-75-8085

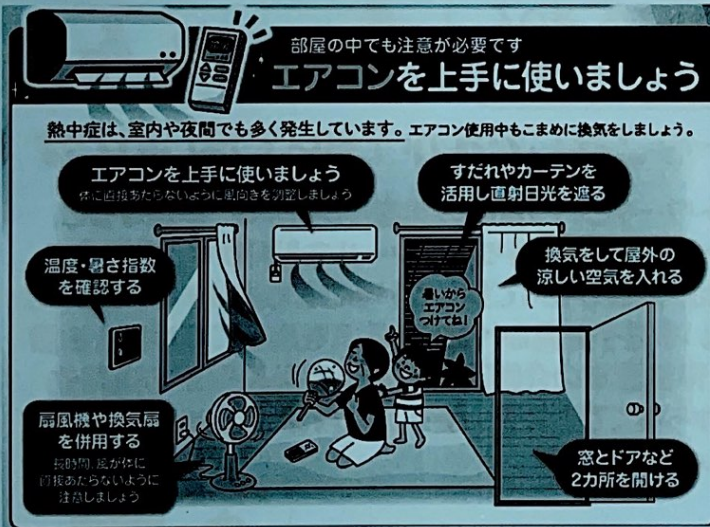
〒259-1114 伊勢原市高森4-19-34

サービス提供時間 8:30~17:00 (月~金)
 ※サービス提供時間外のお急ぎのご連絡は、
 法人本部/サテライト 絆 ☎0463-75-9850 へ
 おかけ直してください。



♪ホームページ♪
 URL <http://www.well-age.com/>

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です



環境省 熱中症予防情報サイトより

○喉が渴いていなくても、こまめに水分補給しましょう
 入浴前後や起床時もまずは水分補給を！

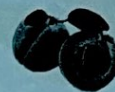
○屋外では十分な距離をとり、マスクを外しましょう
 マスク着用時、特に気温・湿度が高い時は、激しい運動は避け、こまめに水分補給をしましょう。

元気シニアのための健康増進講座 小金塚集会場にて開催中

小金塚集会場にて5月11日(水)より、月2回、インストラクターの指導による介護予防教室を開催しています。開催にあたっては、小金塚自治会の皆様には多大なご理解とご協力を賜りました。10月27日まで第2第4水曜日14時~15時30分開催します。参加者は随時募集中です。ご希望の方は北部地域包括支援センターまでご連絡ください。



☆オレンジカフェ：あぶりこっと☆



月1回開催中

毎回10名程度の方が参加して、ゲームやおしゃべりをしながら同じ時間を共有しています。認知症当事者の方のお話や介護者の家族同士の交流の場となれればと願っています。お気軽にご参加ください。



7月15日（金）南蓮寺（下槽屋）

8月19日（金）成瀬公民館 集会室



～8月はウクレレJUJUさんの演奏があります～

いずれの日程も午後の時間で出入り自由ですが、詳細は北部地域包括支援センターへお問合せ下さい。

☆認知症サポーター養成講座☆

※ご要望があれば、地域包括支援センターでは、少人数でも講座を行います。お気軽にご相談ください。認知症の方も将来認知症が心配な方にも役に立つ講座です。認知症の正しい知識を幅広い世代の方に理解していただくことで、認知症になっても、その人らしく住み慣れた街で暮らせる一歩につながります。

介護者の勉強会に行ったら、いい話聞いたよ

夫が認知症になって、私、優しくなったの。

外を歩くと、気持ちよくなるから、たくさん歩くんだよ。



くるいん見守りステッカーをご存じですか？知ってほしいです

伊勢原市に徘徊高齢者等SOSネットワークという登録の制度があります。申請すると、左のシールを希望する方にお渡しします。衣類や持ち物にシールを貼ります。認知症の方が一人で外出して、道に迷った時は、家族が困って探していることもあります。もし、このステッカーを貼っている方が困っている様子を見かけたら、勇気を出して声かけをお願いします。QRコードにアクセスすると伊勢原市の介護高齢課及び伊勢原警察の連絡先にリンクされます。名前や住所がわからなくてもステッカーに書かれた番号を伝えると関係機関からご家族に連絡が取れるしくみなのです。

【見本】



困りごとアンケートを実施しました

令和3年度に東高森団地の住民の皆さんにご協力いただき、生活の困りごとについてアンケートを実施しました。結果は別紙にまとめ、住民の皆様へのポストへお配りする予定です。ご協力ありがとうございました。



4月から新体制となりました♪

新しく、介護支援専門員の河野紀子（こうののりこ）が入职し、看護師の中澤紘代（なかざわひろよ）が認知症地域支援推進員と生活支援コーディネーターを兼務しています。