

《東部高齢者なんでも相談室(地域包括支援センター)35号》

東部ネット「絆」

～地域のネットワーク構築に向けて～

東部高齢者なんでも相談室(地域包括支援センター)では、地域で暮らす高齢の皆様が安心して生活していけるよう、介護・福祉・健康など、様々な面から総合的に支える為の身近な相談窓口として、地域のネットワーク構築に向けて活動してきました。今号では、今年度の活動の一部をご紹介します。

介護予防教室(高齢者と栄養について)

介護予防教室では、歳を重ねても元気で暮らし続ける為の方法を楽しく学ぶことが出来ます。介護予防に関する専門家を講師として、お話を聞くだけでなく相談や意見交換を気軽に行える場でもあります。

今年度は7月にハーブランド薬局の管理栄養士の滝先生・武越先生・中山先生をお呼びして、《高齢者にとって必要な栄養素》《注意すべき食生活》《フレイル(加齢により活力や筋力が徐々に低下している状態)予防》について講義やグループワークを通して学びました。「食生活を見直す良いきっかけになった」「ひとりでも参加して良かった、学んだことを今日からでも活かしたい」と感想があり、食生活と健康の繋がりへの理解を深めることができました。



わかりやすく丁寧な説明です!



皆で食生活を振り返っています。

認知症サポーター養成講座

認知症サポーター養成講座とは、認知症の正しい理解と対応方法を学ぶ講座です。今年度7月は介護支援サポーター、9月は一般市民向け、向小金小学校4年生、ふれあいの家ふたば、10月は東小学校の4年生、訪問型サービス従事者を対象に開催しました。「近所のおいちゃんおばあちゃんにも優しくしたい」「ただの物忘れと認知症を同じものと考えていた」「相談できる場があってよかった」等と感想がありました。子供から高齢の方まで認知症の理解を深め、認知症の方が過ごしやすい地域を目指して取り組んでいます。

みなさんの地域でも認知症サポーター養成講座を開いてみませんか?



東小学校4年生



市民対象

東部高齢者なんでも相談室(地域包括支援センター)

(東部中・八木中・おたかの森中学校区の一部エリア)

電話: 04-7148-5665 Fax: 04-7141-2280

住所: 流山市野々下 2-488-5 (あざみ苑内)

(担当職員: 崎尾・西田・菅野・杜澤・山口・志水)

平日 8:30~17:00

土曜 8:30~12:00



東部地域近隣の医療機関のご紹介 vol.23



南柏駅西口より徒歩5分



チームで動いています!



落ち着いた雰囲気の治療室

医療法人社団小羊会 南柏駅前クリニック

住所 柏市南柏1丁目8番16号2F

電話 04-7141-7171

診療科目 内科:腎臓内科 (人工透析) 内分泌代謝内科 循環器内科

受付時間 9:00~12:00 14:00~17:00

休診日 日曜

※土曜日午後は臨時の往診が入る場合がありますので、お問い合わせの上お越しください。

山崎 芳浩 先生から地域の皆さんへ

当院は南柏駅前にある病院ですが、流山市の皆様も多く来られています。透析治療のほか一般外来も行っており、土曜日・祝日も開院しています。みなさん、病院にかかる時はきちんと医師に様子を伝えられていますか? 病院では困っている症状や身体の様子を正確に伝えて頂く事で、よりその方に合った治療を行うことが出来ます。体調は日々変化するため継続して通院し、しっかりと普段の様子を伝えてみましょう。状況によっては薬を減らしたり、変えたりする方がよい場合もあります。まずは担当医師にご相談ください。

お知らせ

あじさい広場～認知症の方を支える介護者のつどい～

日頃抱える悩みや不安などを介護者同士で語り合い、ほっと一息ついてみませんか。 ※12月19日は介護者のつどいと合同開催となります。

開催日時 令和元年12月19日(木) 14:00~16:00 ※午後の開催です

会場 向小金福祉会館(会議室)

内容 ミニ講座「介護と看取り～リビングウィルを考える～」・座談会

参加対象 認知症に限らず介護をされているご家族 将来に向けて介護を学びたい方

申し込み 電話(04-7148-5665)にて包括支援センターへお申込み下さい。

開催日時 令和2年2月27日(木) 10:00~12:00

会場 思井福祉会館(大広間)

内容 座談会

参加対象 認知症の方を介護しているご家族

申し込み 不要



「あじさい広場」

認知症とともに暮らすまちづくりの会

向小金クリニック・大津医師を中心に地域の皆さんが認知症について気軽に相談や意見交換を座談会形式で開催しています。

開催日時 令和2年2月16日(日) 10:00~12:00

会場 生涯学習センター(流山エルズ)(A101,102)

内容 座談会

参加対象 市内在住・在勤の方

申し込み 電話(04-7148-5665)にて包括支援センターへお申込み下さい。



「認知症とともに暮らすまちづくりの会」

編集後記 今回もお読みいただきありがとうございました。今後ともどうぞよろしくお願ひいたします。