

一緒に！

「にしふのにわ」プロジェクト始動！～名前の由来編～

『認知症があっても、障害があっても、不自由さがあっても、のんびりできる庭』

という意味と「にわ」の「に」は「にしふ」、「わ」には人と人の調和の「和」や、人の「輪」、また、認知症サポーターのオレンジリング（輪）の意味も含んでおり「にしふの和」「にしふの輪」それが「にしふのにわ」であると非常に欲張りな意味合いになっております。コロナ禍で人との付き合いが減ったとの声をよく頂きますが地域の中で緩やかな繋がりや、何気ない井戸端会議のような何気なく集まり話しそこからまた別のつながりができ、生活の張り合いや、ちょっとした気づきや心配しあうご近所さん関係の場の一つになればと考えております。・・・固い話はココまでに、次号！お楽しみに！！
 <鳳仙寮だよりには作業状況など掲載しておりますのでそちらもご覧くださいませ☆>

一緒に
お茶でも
いかがですか？



特殊詐欺 ～還付金詐欺に要注意～

特殊詐欺とは、犯人が電話やはがき、封書等で親族や公共機関の職員などを名乗って被害者を信じ込ませ、現金やキャッシュカードをだましとったり、医療費の還付金を受け取れるなどと言って、ATMを操作させ、犯人の口座に送金させる犯罪です。特殊詐欺は10種類に分類されます。その中で多発している還付金詐欺は、市役所や税務署の職員を装い電話をかけてきて、「医療費の払い戻しがある」「給付金がある」等と言い、ATMへ誘導し、現金を犯人の口座に送金させる手口です。電話での還付金のお知らせは、ありません。還付金詐欺の被害に遭わないため「お金を返します」と言われても、一度は電話を切って親族や正式な公的機関の窓口で電話をかけ直して事実を確認する等、必ず誰かに相談しましょう。



第1回 《にしカフェ》開催

5/18（水）ケアマネサロン<<にしカフェ>>を開催し5名のケアマネの方々にご参加いただきました。日々の業務においてデイサービスがコロナ感染で休止となってしまう調整で苦労されている話や、zoomで海外在住のご家族と交流ができ新たな扉も開くことができたなど苦労と実りの話をお聞きました。参加されたケアマネからは『久しぶりに実際に顔を合わせて話ができよかった』など介護現場では引き続きコロナ警戒しながらのひと時の安らぎの声を頂きました。

今後も地域のケアマネさんが気軽に集まれる場の提供をしていきます。

今後の予定
 R4 7/13、11/9
 R5 1/11、3/8

人生の **まさか！** に備える part4

ACPは「自分がどの様に生きたいか、望む医療と介護の話し合い」自分の大切にしている事を思い起こしながら「自宅で過ごし続けたい」など、これから迎える人生をどこでどの様に過ごしたいか、気になった事、自分では判断できない事、誰かに相談したい事を書き留めてみてください。そして、家族や大切な人に伝える事が大切です。誰のものでもない私の人生です。悔いのないように過ごしていくためにも、ぜひ、考えて伝えていきましょう。



ACP 紹介ホームページ
 (厚生労働省)

熱中症対策を！

1. 屋外で人と十分な距離（2m以上）が確保できる場合は、マスクをはずす
2. こまめな水分補給
3. エアコンの活用
4. 汗をかいたら塩分も補給
5. 食事・睡眠や持病の管理
6. 暑さに少しずつ慣れる
7. 室温計など暑さの見える化をする
 （高齢の方は暑いことに気づきにくい傾向があります）



包括にしふ 新入職員紹介

5月から地域包括支援センターにしふで働かせていただくことになりました^{やましたひろふみ}山下裕文と申します。介護予防事業に関わらせていただいています。地域の皆さんには親切にいただき本当に感謝しております。そして皆さん笑顔がとっても素敵です♡愛知の漁師町出身で学生時代はよく岩場でナマコなど捕ってました。船舶免許も持ってます。その後、上京して映像関係の仕事を17年、介護士を3年やり現在に至ります。日々、先輩方やサロン・講座に参加される地域の方々から学ばせていただき目から鱗が落ちてます。社会福祉士として、包括の一員としての誇りを持ち毎日の積み重ねを大切に、地域の方々の役にたてるようにコツコツ取り組んでいきます。



コロナ禍ですっかりマスクが定着していますが特別に☆

健康ベジチェック

6月13日に西府文化センターで、当日は外部講師の田辺薬局の管理栄養士と薬剤師2名の計3名をお招きし『健康ベジチェック』の講座が開催され、7名の方が参加されました。『ベジ』とはベジタブル(vegetable) = 野菜を表し、**常日頃から野菜をどれだけ摂取されているか。**というのを掌を測定機に当てて数値が測れます。まずは血圧と握力を測定してから、掌で数値を測定しますが、**平均数値が5.7~5.8で最高で12**の所、お1人の方が、**最高数値である12を表示**され、職員をはじめ、田辺薬局の社員や参加者様共に変驚かれています。その方にお話をお伺いした所、『**常日頃から特に意識せず、バランスよくお食事を召し上がられている**』との事でした。また、ベジチェック以外にも、管理栄養士から野菜の摂り方や薬剤師から薬の事について講座を受けていらっしゃる、皆様、集中されておりました。参加者様から『**また、是非参加したい。今回の数値と比較したい**』等の意見も聞かれました。また、講座を開催したいと思いますので、ご興味ある方は是非ご参加下さい。



元気一番!!ふちゅう体操
イメージキャラクターはビー

災害時に備えて

包括にしふは特養鳳仙寮の1階に事務所がありますが、今回は鳳仙寮の防災対策についてお話しします。毎年、鳳仙寮では**夜間想定避難訓練**、**地域参加型避難訓練**など**年間5回ほど防災訓練**を実施し、包括にしふも参加しています。地域参加型では近隣の自治会長や民生委員の方々も訓練に参加して頂き地域間の連携を構築しています。併せて鳳仙寮は、災害時に高齢者や障害のある方など一次避難所(市内の小・中学校など)で避難生活を送るのが難しい方を市の災害本部からの要請を受けた際に入れる**福祉避難所**としての役割も担っています。



発行元 府中市地域包括支援センターにしふ

【住所】 府中市西府町 2-24-6 鳳仙寮 1階

【電話】 042-360-1380

ホームページ : <http://www.housenryo.jp/>

包括にしふや鳳仙寮のホームページが変わりました。パソコンの他にスマートフォンやタブレット(右のQRコード)からもご覧いただけます。



ホームページ
チェック!

