

府中市地域包括支援センターにしふ にしふ新聞

発行日 令和4年10月1日
発行 社会福祉法人
府中西和会

かたぬき

～第34号～

3年ぶりの

7月16日西府文化センター祭り開催!

地域との交流の一環として包括センターも参加させていただきました。直前まで雨の降る中でしたがセンターのブースだけでも500人を超える方々に参加いただきました。出展内容は「包括センターのPR」「熱中症予防」「かたぬき」などでしたがとくに「かたぬき」が大盛況で子供たちが一生懸命食い入るように取り組んでおりました。「熱中症予防コーナー」は職員としては嬉しくも意外だったのですが、右の写真のように職員の説明に熱心に聞き入る子供たちの姿が印象的に残っております。



コミュニティー協議会の会長からは開催に当たっては感染対策とお祭りの両立という難しい状況の中、何とか開催に向けて調整をされてきた関係者の皆さんのお話をお聞きいたしました。また、来場された皆さんからはコロナ禍での我慢続きの中、頑張ってきた思いが伝わってきた**なんとも熱くなるお祭り**でした。



お祭り会場の写真には個人情報に配慮し一部ぼかしを入れております

民生委員とケアマネとの交流会

コマーシャルで放送されているように、民生委員さんは地域の身近な相談窓口です。コロナ禍により顔を会わせて情報交換をすることが難しい状況でしたが、感染が少し落ち着いた7月に開催することができました。今回は、「にしカフェ」という包括との情報交換の場に参加されている地域のケアマネジャー



に来ていただき、民生委員さんとの交流会を行いました。互いに顔を会わせながら地域の様子について話し合いが出来て、有意義な時間だったと思います。

(AC 広告機構より)



開拓1年目の夏を終えて、初年ながらナスやオクラ、ニラ、枝豆、空心菜、キュウリ、モロヘイヤなどの収穫をすることができました。何よりの収穫は、草が伸び放題だった土地に**人が集まり、話題にできる場**が根付き始めたことです。ベンチなど設置

しましたので是非お寄りください。**次号は嬉しいお知らせを掲載予定です。お楽しみに!!**



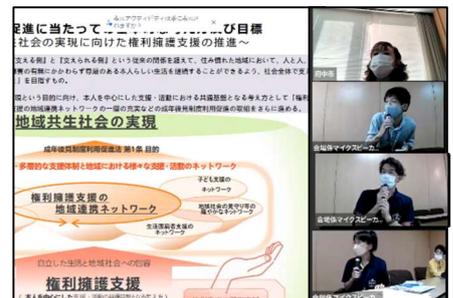
秋・冬の作物づくりもはじめました

権利擁護担当者連絡会「意志決定支援」研修会

府中市では権利擁護に関する情報共有や知識の蓄積を目的として、高齢者福祉相談・府中市社会福祉協議会・市内11ヶ所の地域包括支援センターによる連絡会を月1回開催しています。

今回は、9月16日(金)に『**ソーシャルワーカーが知っておきたい意思決定支援について**』をテーマに、外部より講師を招き研修会を行いました。『意思決定支援』とは、意思決定に困難を抱える人に対し、日常や社会生活の中で本人がしたい(もしくは思っている)意思が反映された人生を送ることが出来るように支援することです。本人に良かれと思って、**代理で全部決めてしまうのではなく本人が安心して自由に意思決定できるように支援**することが大事だと言うことを改めて教えていただいた研修でした。

*今回は会場と各事業所をインターネットで中継し、研修会を行いました→



♪ 介護予防教室のご案内 ♪

住み慣れた地域で安心して生き生きと長く暮らすために、各種介護予防教室を行っております。

☆**地域交流ひろば**・運動習慣継続の場として気軽に体操を行ってもらえるよう作られた「元気アップ体操」「元気一番！ふちゅう体操」の音源教材に合わせて、集まった皆様に体操を行っています。本宿体育館と西府文化センターを会場に1回45分の開催です。参加費は無料です。

☆**ほっとサロン**・自宅の近くで「人と話す機会を増やしたい方」「体操や楽しみを見つけたい方」などサロンのように参加しながら体操も行う集まりです。軽体操と脳トレやレクリエーションなどを行っています。会場は西府文化センター・鳳仙寮・本宿4丁目公会堂・日新東自治会館・日新西自治会館。実施時間は1回45分、参加費は1ヶ月500円です。



元気一番!!ふちゅう体操
イメージキャラクター
ひびー

各会場ともコロナ対策として参加人数を10人程度（広さに応じ多少の調整）や時間制限、換気や間隔、消毒等、感染予防に配慮して行っておりますので、安心してご参加ください。他にも各種教室の開催もございますので下記ホームページをご覧ください。かお電話で「介護予防担当」までお気軽にどうぞ！

転倒予防講座 Step+!

西府文化センターをお借りし8月8日に福祉用具事業所：ケア21の講師を招いての「**転倒するリスクを数値化する**」という講座を開催しました。5名の方が参加され、職員も一緒になり測定をおこないました。京都大学が開発した**転倒危険度評価システム「Step+」**で**転倒危険度を瞬時に数値化**します。測定マット上で「考える+（プラス）動く」を同時に行い、その場で結果がプリントアウトされます。参加者様は**ゲーム感覚で楽しく**行っていました。**高齢者の転倒事故は「寝たきり化」につながる可能性が高い**といわれます。今の自分を知ることは介護状態の一步手前である「フレイル」の予防につながります。今後もこのように楽しみながら**フレイル予防**、ひいては皆様の**介護予防につながる取り組み**を続けていきます！皆様のご参加お待ちしております。



発行：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

電話：042-360-1380 fax：042-360-1387

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（右上の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！

