



# 府中市地域包括支援センターにしふ ~第37号~ にしふ新聞

発行日 令和5年7月1日  
発行 社会福祉法人  
府中西和会



## サンライズヒル理事会 包括紹介



6月17日(土)に本宿町にある大型マンションのサンライズヒルの理事会にお邪魔し、包括センターの取り組みについてお話する機会をいただきました。今回は時間の関係もあり包括では、高齢の方の総合相談(介護保険や、高齢者虐待、消費者被害など)と介護予防事業の取り組みなど説明を絞っておこないました。「いつごろから介護予防に取組んだらよいか?」など質問をいくつか頂き、包括からはマンションで管理する掲示板へのお便りを掲示依頼は理事会を通じて許可を頂くといった、住民の方への周知方法なども相談させていただきました。

地域の自治会や、シニアクラブ、住民の方の集まり等にお伺いし上記のようなやり取りをすることが出来ますので是非、ご依頼いただければと思います!



## 自家発電装置点検!

施設自家発電装置は自然災害等で電力供給がとまっても施設の発電設備で発電を行い、施設入所者の生活を維持するために重要な設備です。施設では、5月21日に定期点検と兼ねて停電訓練を行い、いざに備えて発電機の燃料補給なども行いました。

自然災害等は無いに越したことがありませんが電気の供給が出来ることがわかり一安心です。



自家発電機で点灯している蛍光灯

## 熱中症予防 暑さを避けて身を守る!!

熱中症患者の年齢割合では「高齢者」が56.3%、**発生場所は「住居」**が39.4%と屋外よりも多く発生しています。午後2時から5時の間の発生が多いのですが、睡眠中の熱中症にも注意が必要です。昼間からの壁・天井に蓄えられた熱のせいで、夜になっても室温が高い状態が続きやすくなります。電気代高騰により、6割以上の方がエアコンの使用を控えようと思っているそうですが、睡眠時にも約200~500mlの汗をかき、水分が失われてしまいます。**寝る前にコップ一杯(約200ml)**の水を飲む習慣が予防対策になります。

## 民生委員と地域包括職員との情報交換会

6月28日(水)第1回目の「民生委員と地域包括職員との情報交換会」を開催しました。昨年度まではコロナ禍のため、定期的に会を開くことが出来ませんでした。今年度から通常に戻したいと思います。今回は新たに民生委員に委嘱された方も出席され、改めて地域包括の役割や介護予防事業について説明を行いました。情報交換の際に複数の民生委員から空き家問題について意見が出されました。敷地内の草木が伸び放題になっている家が多く、行政に相談しても所有者が不明なケースもあり、対応が後手になることもあるそうです。また、自治会を退会する高齢者世帯が増えていることも教えていただきました。主な理由としては、入会しても役員の役割が果たせなくなり断る方が多いとの事です。自治会名簿から名前が消えると、災害時の安否確認や救援にも支障が出るそうです。今後も情報交換会を通し、民生委員との連携をさらに深めていきたいと考えております。



## ほっとサロン 工作

5月の作品作りは、タオルを使用したうさぎの人形を作りました。仕上がりが様々で、耳の形を調整したり目の形一つにしても個性が出ていて、全体を黒く塗ったり、一部のみ塗られている方もいて、自分好みのうさぎの人形が出来上がりました。お仲間同士、仕上がった作品を並べて記念撮影されたり『可愛い。愛着が湧くわ。』と話されておりました。終了後も『やっぱり、ほっとサロンに参加するのは楽しいわね。』とおっしゃられて、作品作りにとっても満足された御様子でした。



## ウォーキングイベント

5月11日に、いきいきプラザ主催のウォーキングイベントが行われました。多摩霊園駅から浅間山～生涯学習センター～府中公園～東府中駅までの約2時間6kmコースです。男性7名女性13名の計20名が、5月の新緑を感じながら歩きました。浅間山は、黄色のムサシノキスゲが可愛らしく咲いていました。浅間神社で参拝後、下山し新芽が出揃い青々とした芝生に囲まれた府中公園の中をゆったりと歩いて解散となりました。素敵なイベントでしたので、来年皆様のご参加お待ちしております。



## 教室からのお知らせ

コロナ5類に伴い6月からほっとサロン、地域交流ひろば、介護予防講座などの開催時間が15分延び、45分から60分になりました。

多くの参加者様から「6分になってうれしい！ことができるねー！」などのお声をいただいております。これから新たなことを皆様と企画していきますので楽しみにしてください。夏にはスマートフォン体験講座や5人でチームを組み散歩などを楽しむ「みんチャレ」アプリの講座を開催いたします。近日、申込み受付を開始しますので、是非ご参加ください。

## つばめの成長

今年も5月初旬に、つばめが施設玄関脇の駐車場の上に巣を作りました。雌が卵を産み、5羽の元気な可愛いつばめの赤ちゃんが巣から顔をのぞかせています。つばめの夫婦が交互に餌の虫を捕まえては、赤ちゃんつばめの口に運んでいました。昔からつばめが巣を作りと縁起が良いとされていますので、職員も温かい目で子供のつばめの成長を見守りました。もうすぐ家族で元気に巣立っていきます。

来年も巣作りに鳳仙寮に来てくれるでしょう。



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!

