

包括にしふ新聞

昨年、新型コロナウイルス感染症の位置づけが 5 類となり社会的に緩和の面と、高齢者支援の中には随所に感染対策上の制約が残るバランスの中で皆様のご理解とご協力をいただきながらの 1 年となりました。新年において府中市では包括センターの圏域変更や介護予防事業の一部変更などございます。全国的な介護・高齢者支援においては、人手不足の中でのやりくりと、ICT などの技術革新を取り入れながら模索していくことが求められております。何かと変化の多い時代柄ですが地域の皆様のお力をお借りしながら、より良い地域づくりを進めていきたいと考えております。

上記挨拶の文章は技術革新の一つとして今話題の生成 AI を使い一部分作成しました。伝えたい内容などは人間側で調整したり補ったりが多く自身らで書く方がスムーズな段階と感じましたが、時代の進歩と共に人間の手作業の良さと、機械による効率面との両立が必要になるかもしれません。お互いの良い特徴をとらえながら高齢者支援に活かしていければと考えております。



オレンジサロンに参加しませんか

認知症の方を介護されている方、認知症のことを知りたい方など、どなたでも参加いただけます。前回の 11 月の開催では奥様の病気を受け止めつつも日常生活でおこるエピソードや思いをお話しくいただきました。

今後の予定・・・

1 月 27 日 (土)

14:00～15:00 管理栄養士の実演講話

～介護で時間のない方でも手軽に作れる食事～

15:00～16:00 懇談会 自由参加

3 月 23 日 (土) 14:00～内容未定

お申込みお待ちしております！

電話：042-360-1380

多職種連携

12 月 8 日に府中市多職種研修会がルミエール/オンラインで開催されました。「在宅の医療介護連携～在宅歯科編(嚥下困難な方への支援)～」というテーマで、医師、歯科医師、薬剤師、看護師、ケアマネジャーなどの職種の方々と認知症、嚥下困難の方が「家族と同じ物(普通食)を食べたい」という思いに対してどのような支援が出来るかをグループに分かれて話し合いました。「食べるを支える」だけではなく「支える人(ご家族)を支える」「食べられないを支える」ケアについて考え、生活する上で大切な「食を支える」事を学びました。

にしカフェ

令和 5 年 12 月 20 日 (水) にしカフェを開催しました。にしカフェは府中市内のケアマネジャーの知識や情報収集の場として隔月に包括にしふにて実施しています。今回は理学療法士の方に疾患別のリハビリ方法やリハビリのゴールが何処なのかを分かりやすく講義して頂きました。講義後は講師とケアマネジャー、包括職員でリハビリに関する疑問や解決案点を互いの立場で意見を出し合い 1 時間 30 分の時間内に終わらない程盛り上がりました。



高齢者地域支援連絡会

昨年の 10 月 25 日に西府町・本宿町・日新町の各自治会会長とシニアクラブ会長に集まいただき、連絡会を開催しました。介護予防事業の「ほっとサロン」の終了や包括支援センターの担当圏域の変更について、市の担当者から説明を伺いました。後半は 3 グループに分かれ、各地域の様々な課題や高齢者の困りごとを中心に話し合いをしました。

避難訓練

令和 5 年 1 月 29 日 (水) に震災想定避難訓練を実施しました。今回は西府町 2 丁目自治会会長や近隣の民生委員、そして施設入所者やデイ利用者にも参加して頂き、消防団第 14 分団と府中消防署の隊員の方々のご指導のもと施設内の安否確認や火災時の煙体験、消火器を使った初期消火訓練を行いました。訓練を通して、災害に対する被害が少しでも抑えることが出来るように参加された皆様真剣に取り組みました。



認サポ～四谷小学校～

11月29日に四谷小学校で、4年生児童を対象に認知症サポーター「ささえ隊」養成講座を行いました。おとしよりが生きてきた時間をさかのぼり、流行していたテレビ番組・イベントなどのスライドをみてもらったところ、「知ってる。見たことある！」との歓声が聞かれて大興奮。その後映像資料を見ながら認知症についての学習と、サポーターとは、特別なことをするのではなく偏見を持たずに見守ることが大切であることを伝えました。グループワークでもしっかりと話し合いと意見を出してくれました。終わりの挨拶の場面では、お礼の言葉まで頂きセンターとしましてもよい機会を頂き感謝しております。



長いいきいき～健康アップ月間！～

府中市では、市民の皆さんに介護予防を知っていただけるように、11月を健康アップ月間として、元気で楽しいイベント講座を毎日開催しました。今回は、初めて府中本町駅横の国司館と家康御殿史広場で10, 11, 12日の午前中にテントを張っての握力測定会を実施して、多くの若い家族の方に立ち寄っていただきました。又4年ぶりにフチュール、プラッツ、いきいきプラザで体力測定会を行い、買い物帰りにふらっと立ち寄ってもらいました。23日は市民活動センタープラッツで、健康測定会や体操講座を行い、たくさんの方が来場されて早めの介護予防の取り組みのきっかけとなったのではないのでしょうか。

元気一番!!ふちゅう体操
イメージキャラクター ひばピー



にしふの庭 ～みかん収穫～



一昨年、府中第十中学校『地域貢献プロジェクト委員』の皆さんから頂いたみかんの苗が成長し、収穫の時期を迎えたので、ほっとサロンの教室参加者様や収穫をお手伝いして頂いた方御協力の元、無事に収穫を終えました。収穫したみかんは持ち帰られたり、試食されたりし、『甘くて美味しい』『酸味有るけど美味しい』等、様々な声が聞かれました。職員も試食しましたが、酸味は有りましたが、香りも非常に良く大変美味しく頂きました。引き続き、にしふの庭では一緒に園芸を行なって下さる方を募集中です。興味ある方は包括にしふまでご連絡下さい。

作品展 ～編み物教室～

11月5日～25日まで鳳仙寮1階ロビーで作品展がありました。ほっとサロンで作製した、うさぎタオルやキーホルダー、ほっとサロン教室参加者が趣味で編んでいる靴下カバーなど展示しました。作品展の見学をした特養ご利用者様が靴下カバーの編み方を教わりたくと包括にしふに相談がありました。早速、教室参加者様へ相談させていただきました。11月下旬より編み物教室が特養フロアでスタートしました。地域の方と特養ご利用者様の繋がりができた作品展。これから、編み物教室の動向が楽しみです。



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/>

