

ケアマネジャー
より

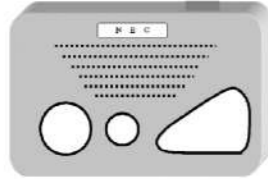
函館市在宅高齢者等サービスについて

「緊急通報システム」をご紹介します。

在宅のひとり暮らし高齢者等を対象に、火災、急病、その他事故等の緊急時に消防本部へ通報できる装置です。（貸与・設置は無料です）



※電話回線(原則NTTのアナログ回線)利用及び、固定電話が必要です。



《ペンダント》
自宅内であれば、別室にいてもボタンを押すと消防本部に通報できます。



《火災センサー》
火事が発生した時に、熱・煙を感知し自動的に消防本部に通報されます。火災センサー設置について、配線する際に家の構造によっては壁に穴をあける場合があります。



《対象となる方》

- ・おおむね65歳以上のひとり暮らし高齢者および高齢者のみの世帯で、身体虚弱のため緊急時に機敏に行動することが困難な方。
- ・おおむね65歳以上のひとり暮らしの方で、突発的に生命に危険な症状が発生する持病がある方。
- ・85歳以上のひとり暮らし高齢者で、日常生活に不安を抱えている方。



- ・近隣協力員の届出が必要です。
※5分以内に在住している方で原則3名必要です。消防本部が通報を受けた際、ご本人と連絡が取れない場合に状況確認等の協力をお願いする方です。



公営住宅への設置には別途必要な手続きがありますので、一般住宅よりも設置に時間を要します。申請や説明をご希望の方は当センターへご相談下さい。

包括ゆのかわのメンバーです！よろしくお願ひします。



それぞれの職員の
①2017年の抱負
②冬の楽しみ
をご紹介します



佐々木
社会福祉士

①日吉フットボールパーク周辺のウォーキング
②露天風呂



京谷
保健師

①10kg減！？
②特番を見る



①動ける身体づくり
②薪ストーブ前でビール！



村上
社会福祉士

①週3回は弁当をつくる
②コンビニのおでん



庄子
主任ケアマネ

①5kg減
②鍋料理



中村
主任ケアマネ

①心身ともに健康な生活を送る
②雪かき



①運動をサボらない
②寒い晩の湯たんぽ



中野
ケアマネジャー

①体脂肪燃焼！
②あったかい部屋で食べるアイス



蔦屋
ケアマネジャー

①コレステロール値上昇の予防
②こたつで食べるみかん



小林
事務員

①断捨離！
②冬こそ暖かい部屋で映画鑑賞

高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センターゆのかわ ゆのかわ通信



第2号 平成29年1月発行 函館市地域包括支援センターゆのかわ 発行責任者 佐々木 康寛

新年を迎え、2017年がスタートしました。本年は酉年ですが、「とり」は「取り込む」に通じると言われ、縁起の良い干支という説もあるそうです。当センターも、利用者様や地域・関係機関の皆様から頂くお声を大切に「取り込み」ながら、より多くの方々に身近な相談窓口としてご利用して頂けるセンターを目指してまいります。本年も、職員一丸となり取り組んでいきたいと思っておりますのでどうぞよろしくお願いいたします。



保健師
京谷 佳子



高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センターゆのかわ

〒042-0932 函館市湯川町3丁目29番15号
介護老人保健施設ケンゆのかわ内
TEL 0138-36-4300
FAX 0138-57-0080



窓口相談
月曜日～土曜日
8:45～17:30
(日曜日は定休)

※休日・夜間は携帯電話に転送しており、お急ぎの場合など、ご相談をお受けしております。



担当地域(東奥部第1圏域)

川原町 ・ 深堀町 ・ 駒場町
湯川町1～3丁目 ・ 湯浜町
日吉町1～4丁目 ・ 花園町
高齢(65歳以上)人口: 10,724人
高齢化率: 35.2%(平成28年11月現在)

地域の集まりにも、ぜひセンターをご活用ください！

各地域にお伺いし、高齢者全般に関するお話をさせて頂いております。日時、内容はご要望に応じてご相談させていただきます。お気軽にご連絡下さい。(※無料です)
受付担当: 佐々木 京谷 庄子

保健師
より

「健康づくり教室」のご案内

町会で“元気な地域づくり”に取り組んでみませんか？

ご希望のある町会を対象に『健康づくり教室（全12回）』を開催しています。6ヶ月コース（隔週開催）や3ヶ月コース（毎週開催）があり、町会のご希望をお聞きしながらプログラムを提案しています。健康維持や体力アップが出来るよう、そして介護が必要な状態にならない為にも町会で是非取り組んでみませんか？

『健康づくり教室』の主な内容

- 【運動実践】 ストレッチ・ラジオ体操・ご当地体操 筋力アップ・膝痛や腰痛の改善メニュー等。
- 【ミニ講話】 転倒予防、病気予防、ウォーキング方法、栄養改善 口腔ケア方法の他、介護保険・福祉サービス等。
- 【体力測定】 教室の初回と終了時に、体力やバランス能力を測定し、身体状況や運動の効果を確認。



- ◆対象：これまで開催したことのない町会
- ◆会場：町会館など（無い場合は当センターで検討致します）
- ◆料金：無料
- *お気軽に保健師までお問い合わせ下さい！



地域の方向士が定期的に顔を合わせる機会にもなります。交流の場としてもご利用下さい。

社会福祉士
より

地域で防ぐ！消費者トラブル

「自分はだまされない」と思っている、年々その手口は悪質になってきており、高齢者を狙った消費者トラブルが後を絶ちません。高齢者自身が気をつけるだけでなく、身近な地域住民の方々が、お互いの変化に気づくことが大切です。

なぜ高齢者はだまされやすいの？その傾向は？

①だまされたことに気づきにくい

悪質業者は親切な人を装い高齢者に近づいてくるため、警戒心がうすれ、悪質業者を信頼してしまうことがあります。



②被害にあっても誰にも相談しない

「家族に迷惑をかけたくない」、「だまされたことを知られるのは恥ずかしい」という思いから、被害にあっても自分一人で抱え込んでしまうことがあります。



主任ケアマネジャー
より

「平成28年度地域ケア会議」実施報告

今年度は「認知症高齢者模擬検索」を町会単位で行なっています。10月に深堀町会、11月に湯川三丁目町会のご協力を頂き、町内会全体に案内を配布して実施しました。

①【講話】



【模擬検索（地域ケア会議）の目的】

- ①講話～認知症について理解を深める
- ②模擬検索～実際に声をかけることで対応の難しさを知る
- ③意見交換～皆が暮らしやすい地域を考える

②【模擬検索】



『グループで出発』



『不明高齢者らしき人を発見』



『声をかけてみます』



『一緒に家に帰る同意を得て終了』

③【意見交換】

「自分（家族）が認知症になったら」というテーマで皆様からご意見を頂きました。

『こんな事が不安』

- ・以前に比べて隣近所の付き合いが減った。
- ・「認知症」という病気が分からず理解がないと協力を頼みにくい。
- ・火の始末ができるか心配。

『こんな事があれば安心』

- ・若い世代の理解があると「1人では難しい」と思う相談や手続きも安心できる。
- ・周囲に理解者が増えると相談しやすい。
- ・近所同士お互いに気遣いができるとうい。

町会と地域の居宅支援事業所、地域密着型施設の職員に参加して頂き、2町会合わせて63名の参加を頂いています。皆様からのたくさんのご意見の積み重ねが、これからの地域づくりには必要です。さらに3月には、地域ケア会議の全体会も予定しています。今後ともご協力、ご参加をお願いいたします。

あなたの周りにもいませんか？ ～トラブルの気づきのポイント～

①見慣れない人や車が
出入りしている



②「いい儲け話がある」と
話している



③健康食品や高級布団が
増えた



④景品の無料配布等で誘う
会場に入出入りしている



消費者トラブルの相談窓口

- 函館市消費生活センター
☎ 26-4646
- 函館市役所
「くらし安心110番」
☎ 21-3110
- 警察相談ダイヤル
☎ 51-9110
#9110（短縮）

自分一人で悩んでいる、周りに心配な高齢者がいるなど、気になることがあれば、当センターにもお気軽にご相談下さい。

