

ケアマネジャー
より

介護保険制度による住宅改修について

手すりの取り付けや段差解消等の住宅改修を必要とする場合、要介護認定等の必要な手続きを行なうことで工事費用を上限20万円とし、1～3割の自己負担で工事を行なうことができます(借家や公営住宅で工事を行なう場合は、別途必要な書類があります)。

手すりの取り付け

廊下・トイレ
浴室・玄関等
転倒防止や
移動補助の為に手すりの
取り付け。



床材の変更

滑り防止や、移動を楽する為
畳敷から板張り床材等への変更。
浴室の床材を滑りにくいものへ
の変更等。

便器の取り換え

和式便器から洋式便
器への取り換え
(水洗化工事は対象外)
また、洋式便器で
も本人の身体状況に
より、既存の便器の
利用が困難な場合の
改修。

扉の取り替え

開き戸を引き戸や折り戸
アコーディオンカーテン
等への取り替え。

床段差の解消



居室・廊下・トイレ
浴室・玄関等の
段差を解消する為の
改修。

※お支払いについて
償還払い方式… 一旦費用の全額を負担した後
市から費用の7～9割分の償還を受けます。
受領委任払い方式… 費用の1～3割分の額を
負担した後、市が7～9割分を施工業者に支払います。

お体の状態や住宅環境に
合わせて手続きの
お手伝いをさせて
頂きますので、詳しくは
担当ケアマネジャーや
当センターまでお気軽に
ご相談ください。



新しい時代の到来!! 各職員の
「令和への意気込み」をご紹介します。

包括ゆのかわのメンバーです!
よろしくお願いします。



佐々木
社会福祉士

夢のガレージ
生活を目指す



京谷
保健師

目指せ!!
入職時の
体重・・・



庄子
主任ケアマネ

断捨離と
模様替え



中村
主任ケアマネ

畑(家庭菜園)
に行く時間を
作る。



森
社会福祉士

住宅ローンを
完済する



五井
社会福祉士

色々な事に
挑戦したい
です



小倉
ケアマネジャー

海外旅行に
行くぞ!!



工藤
保健師

函館マラソン
参加を
目指して
走る!!



安倍
社会福祉士

やる時はやる
そして
しっかり
休む!



海老名
ケアマネジャー

コツコツと
自己改革する



中野
ケアマネジャー

仕事も
カラダも
スリム化を
目指す!!



斉藤
事務員

本を読む!!

<http://houkatsu-yuno.koseiin.or.jp/>

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7号 令和元年9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

地域の皆様に支えられながら、当センターは4年目を迎え、相談窓口として
期待される役割を担えるよう活動に取り組んでおります。

国の方針としては、「地域共生社会」という言葉をキーワードに、自身が
住み続けたいと思える町づくりに向けて、住民一人一人が地域活動へ参加して
頂けるような環境を整備していく事の大切さが示されています。

当センターを利用していただく皆様にも、少しでも地域で安心して生活し
続けていただける様、職員一同がきめ細やかな支援を常に意識し、業務に
取り組んでいきたいと考えております。

ぜひ、今後も継続してセンター活動へのご協力を、よろしくお願い致します。



施設長
佐々木

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 (東支第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: 11,013人
高齢化率: 37.3% (令和元年7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頂き
ます。お気軽にご連絡下さい。(※無料です)
受付担当: 京谷 庄子 森

主任ケアマネジャー
より

地域全体で高齢者を支えるために

～30年度の地域ケア会議のご報告～

花園町会では、模擬搜索をきっかけとして、地域で求めている事や出来そうな事についての意見交換を行いました。全体会では各地域で「地域ケア会議・認知症高齢者模擬搜索」を実施した町会、中学校関係機関からの報告と、実施した事の効果や地域の課題について共有させて頂きました。今後も、町会をはじめ学校や関係機関と協力しながら地域で高齢者を、多世代で支える仕組みづくりについて話し合える場を持ちたいと思います。
今後ともご参加ご協力お願い致します。

花園町会「協力しあえる地域」

昨年11月に花園町会で行った地域ケア会議について「地域と関係機関の相互理解が必要」との課題を頂き今年2月に新たに地域ケア会議を開催しました。



参加者から頂いた「協力できる事」

- ①デイサービスより
 - ・相談、緊急時の協力、利用者の安否確認
- ②居宅（ケアマネジャー事務所）より
 - ・相談、訪問での相談対応
- ③市役所より
 - ・見守り事業やあんしんメールの活用
- ④警察より
 - ・地域巡回や定期見守り対応

全体会「各地域の取り組みと意見交換」



地域と関係機関がお互いの強みを活かし「共に支え合える地域づくり」を目的として、3月に開催しました。

意見交換から

- ①学校より
 - ・地域と共に子どもを育てる仕組みの活性化。
- ②町会より
 - ・高齢者から子ども達が参加できる居場所として、サロンを作りたい。

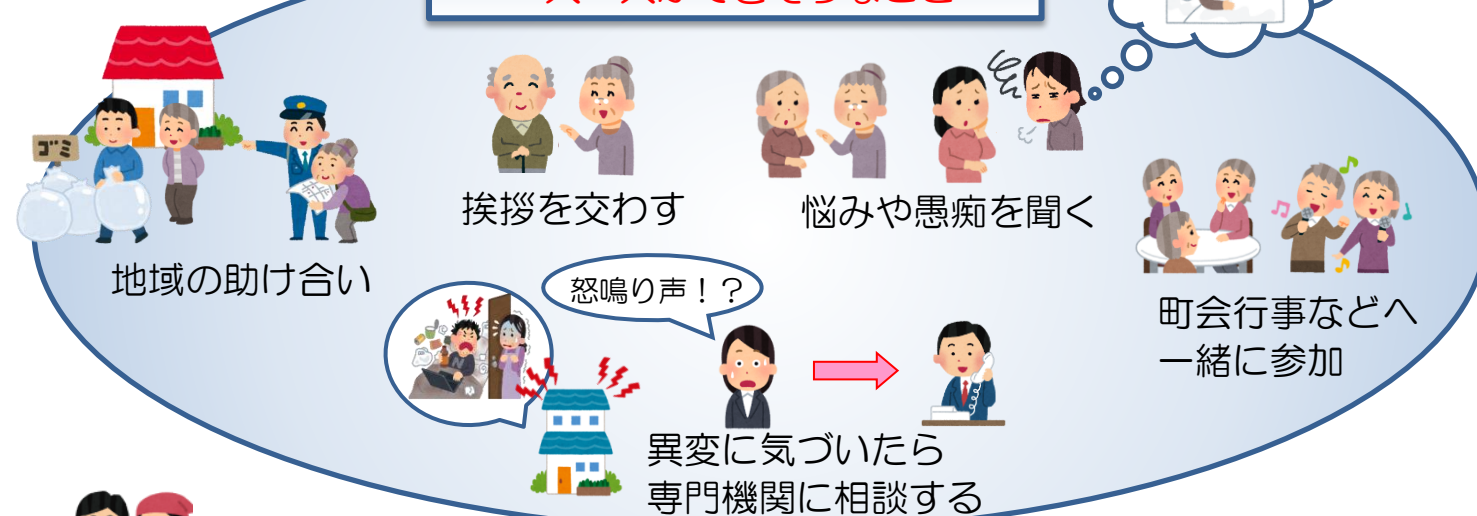
社会福祉士
より

地域の「見守り」が高齢者を守ります！

地域の高齢者や介護している家族の中には、大きな不安やストレスを抱えながらも我慢していたり、相談することをあきらめてしまっている方もいます。また、そのような方々が地域で孤立している状況であれば、より問題が深刻化してしまう傾向があります。地域で孤立を防ぐことが高齢者や家族を守る第一歩となる為、**さりげない見守り・支え合い**について、1人の住民として、**気軽にできることから**始めていきましょう。

地域の見守り・支え合い

～一人一人ができそうなこと～



“見守り”は、地域住民だけではなく、商店やコンビニ、郵便局、銀行、病院、薬局、学校など**あらゆる機関が連携・協力**することでより効果的に機能させることができます。もし「何かおかしいな?」「心配だな・・・」との**ちょっとした気づき**があった際は、当センターへご相談ください。

保健師
より

認知症の予防・早期発見について

認知症は誰でもかかる可能性がある身近な病気です!!

認知症予防につながる生活習慣

①食生活を意識する。

生活習慣病（高血圧、糖尿病等）の予防は認知症の予防にもつながります。野菜、魚介類、果物を中心に塩分を控えたバランスの良い食生活が大切です。

②適度な運動と休息をとる。

無理のないウォーキングや体操などの有酸素運動を行い、睡眠のリズムを整える事が効果的です。

③他人と積極的に交流する。

家族や友人と楽しく会話することも大切です。

④趣味を楽しむ。

本を読んだり、趣味を通して生活を楽しみましょう。



早く気づくことのメリット！

①進行を遅らせることや治る認知症状があります。

認知症を引き起こす病気の中には治療すれば進行を遅らせたり改善できるものもあります。早めに受診をして**認知症症状の原因や種類を突き止める**ことが大切です。

②今後の生活の準備ができる。

症状が軽いうちに本人と家族の意思や希望を話し合うことで今後の生活の備えが出来ます。介護サービスの利用等で生活環境を整えることが大切です。

認知症とは様々な原因で脳細胞の働きが低下し、生活のしづらさが現れる状態をいいます。『認知症は治らないから医療機関を受診しても仕方ない』と考えていませんか？認知症も他の病気と同じで**早期発見・早期治療**が大切です。また生活習慣を見直し規則正しい生活を送ることで予防できる認知症もあります。

認知症についてどこに相談したらいいの？

◎物忘れが気になり始めたら、まずは身近なかかりつけの医師に相談しましょう。必要に応じて専門医のいる病院を紹介してもらうことが出来ます。
◎また受診に関する相談、介護についてなど何か困ったことがあればお気軽に当センターへご連絡ください！

