



函館市地域包括支援センターゆのかわ

ゆのかわ通信



包括ゆのかわ

第18号 令和7年2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

日頃より当センターの活動にご理解とご協力を頂き、ありがとうございます。
函館市の少子高齢化が進む中で、ともに助け合える地域づくりが大切だと感じて
います。当センターでも地域の皆様と一緒に、地域の活性化に向けて取り組んで
いきたいと考えております。

また、地域の相談窓口として、年代問わず相談を受けております。多様な相談に
対応できるよう職員一同努めていきたいと思っておりますので今後ともどうぞよろしく
お願いいたします。

保健師 坂田みどり

まいみょう
まずは相談『包括』へ

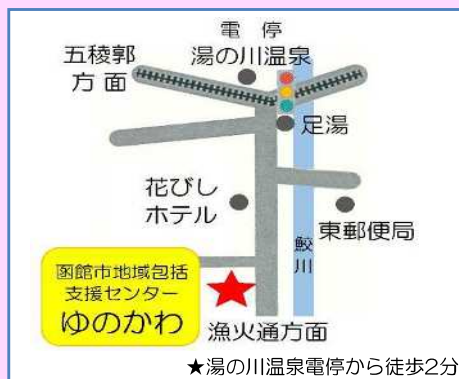
【TEL】0138-36-4300

【住所】〒042-0932 函館市湯川町1丁目15番19号
【FAX】0138-57-0080

【営業時間】8:45～17:30 ※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

【営業日】月曜日～土曜日 お受けしております。

(日曜日は定休) ※自立相談支援機関は、左記の【営業時間】のみの対応です。



担当地域（東央部第一圏）

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

人口：27,857人 高齢（65歳以上）人口：10,944人 高齢化率：39.2%（令和6年11月現在）

就労継続支援事業所A型、B型とは？

就労継続支援事業所とは、障がいなどを理由に一般就労が難しい方が
自分のペースで働くことができる、障がい福祉サービスの一つです。



	A型事業所	B型事業所
雇用契約	・あり	・なし
働き方の一例	・原則、週5日の出勤 ・1日4～5時間程度 ・送迎なし ・社会保険加入あり	・週1日程度の出勤でも可能 ・1日1時間程度でも可能 ・送迎あり ・社会保険加入なし
事業所ごとに異なる		
平均賃金 (令和4年度の北海道内の金額)	・81,220円/月 ※原則、最低賃金以上	・19,932円/月 ※各事業所が定める工賃（時給）

○サービス利用までの一例 【見学や窓口での支援は、ご希望に合わせ同行可能】



センターで
資料を確認



事業所を見学
(複数可能)



市役所や事業所
での手続き

センターでは、障がいなどで一般就労が難しい方のご相談を受付けています。
上記内容について、詳しくはセンターまでお気軽にお問合せください。

※生活保護を受給されている方は、担当ケースワーカーへご確認ください。

＜ 職 員 紹 介 ＞



上段：安倍、森、木村、佐々木

中段：福家、京谷、吉田、齊藤、高木

下段：坂田、中野、庄子、高橋

社会福祉士より

特殊詐欺から身を守るために
～事前の対策を～

特殊詐欺は電話を
きっかけとした被害が
多いと言われています。
詐欺防止に効果的な手段
として以下の方法があります。

・**防犯機能付き電話機を設置する。**

着信番号の表示や着信すると
相手に警告案内が流れます。

・**在宅中は留守番電話に設定する。**

お相手を確認してから電話に
出しましょう。

おかしいな？詐欺かな？と感じた
ら当センターへご相談ください。

施設に通い利用するサービスについて

「最近体力が落ちてきたな」「外出する機会が減ったから、誰かと交流したい」などありませんか？定期的に体を動かすことや他者と交流することは認知症や閉じこもりの予防につながります。

今回は施設で食事や入浴などの介護や体操、レクリエーションを日帰り（送迎付き）で利用できるデイサービスについて紹介します。

国基準型通所サービスの特徴

ご本人のご希望や身体状況に配慮しながら、利用時間や内容を合わせて利用することができます。

体操

職員サポートのもと、体操やマシンを使った運動を行います。



レクリエーション

カラオケ、作品作り、麻雀や季節に応じたイベントなど趣味活動を行います。



入浴

ご本人の状態に合わせ安全に入浴することができます。温泉の施設もあります。



利用人数

「多くの方と楽しく過ごしたい！」「少人数でアットホームな雰囲気が良い！」など、希望する環境で過ごすことが可能です。

利用時間

午前から夕方までの1日利用の他、短時間（午前のみ、午後のみ）などご希望に合わせた利用が可能です。



体験利用することも可能です。

通所型サービスC

3～6か月間、筋力トレーニング等の運動機能の向上、または摂食・嚥下等の口腔機能の向上のための訓練を日帰りで行います。

施設に通うサービスは、より専門的なリハビリを受けられる通所リハビリテーション（デイケア）もございます。どちらもサービスの利用には手続きが必要となります。体験利用や料金などについてはお気軽に当センターまでお問い合わせください。



地域ケア会議からの取り組み



集合住宅に住み続ける為の「課題」とは

当センターの圏域には公営住宅やマンションが多く、入居者の高齢化に伴う諸問題でご相談いただくことがあります。今年度は、定期的に出前講座で伺っている川原町の「ユートピア川原」にて、住宅の管理会社の方、管理人、入居者を交えて「集合住宅に住み続ける為の工夫」について地域ケア会議を行いました。

地域ケア会議とは？

地域の住人と関係機関が「自分達の住む地域が抱える問題や課題」について意見交換を行い地域の課題を共有する場です。「少しでも課題が解決できる地域づくり」や「社会資源の開発へ繋げる」が目標です。

参加者様からのご意見

「問題」

体力が落ちると買物も大変。

住宅にエレベーターがない。階段を上る時に動悸がする。

リュックを背負い階段を上る時にふらつく。膝腰が心配。

「課題」

1人暮らしで寂しい。集まりやイベントを続けてほしい！！

体力や健康を維持する為の集まりをしてほしい！！

「課題」に応じて勉強会を開催しました

勉強会の様子



テーマ：団地の環境に合わせた
体力・筋力づくり
講師：函館医療センター（川原町）
理学療法士：志田夕貴先生
作業療法士：藤田諒先生

息切れ予防のための呼吸法や冬期間自宅でできる体操などすぐに取り組める内容をお話しいただきました。

地域ケア会議を行うことで、今回のような勉強会に繋がりました。住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、それぞれの地域で「こんな問題がある」「こんなことができれば良いな」について話し合える場を増やしていきたいと考えています。お住まいの地域で「地域ケア会議」を開催したい等、ご希望がございましたら地域包括支援センターゆのかわまでご相談ください。