

ふれあい通信

第106号 R6年10月発行

今回は地域包括支援センターについてお話しします。
‘何をしている所?’ ‘どこにあるの?’ ‘どんな相談ができるの?’
地域包括支援センターについて知っていただき、ぜひ活用してください。
そこで、今回は当センターの活動内容について紹介します!

●何をしている所?

地域包括支援センターは、『高齢者の総合相談窓口』として
「保健師」「社会福祉士」「主任介護支援専門員（主任ケアマネジャー）」等がチームで、
高齢者への総合的な支援を行っています。



●何が相談できるの?

高齢者が住み慣れた地域で安心して生活していくための総合相談窓口です。

例えば・・・

- ・介護保険の申請ってどうすればいいの? ・よく転ぶようになった。足腰が弱ってきた気がする
- ・利用できるサービスを教えてほしい ・最近近所のおばあちゃんの様子があんまりへん…
- ・最近もの忘れが気になる ・離れて暮らす親が心配 などなど

※相談は無料です。ご自宅へお伺いすることもできますのでお気軽にご相談ください

●どこにあるの?

松山市内には 13 か所の包括支援センターと 2 か所のサブセンターがあります。
お住まいによって担当するセンターが違います。担当の地域包括支援センターへご連絡ください!
生石・味生地区にお住まいの方は当センターまでお問い合わせください。

松山市地域包括支援センター生石・味生
松山市別府町 177-1 味生ふれあいセンター1階 TEL (089) 953-3888

認知症月間の周知啓発活動

9月を「世界アルツハイマー月間」とし、

日本では毎年9月を「認知症月間」、9月21日を「認知症の日」と定めており、これに合わせて全国各地で認知症への正しい理解を普及するための様々な取り組みが行われています。

当センターでも認知症月間に合わせて、市役所ロビーでの展示やセンター壁面のライトアップ、出張相談会等を行いました。

方言ラジオ体操や認知症サポーター養成講座など当センターの活動内容の案内を展示し、デイサービスミネルワの皆さんが作成したオレンジ色のお花で飾り付け！

◇市役所ロビーでの展示



～ 市役所本館 1階ロビー ～



～ 包括生石・味生の展示物 ～

◇センター壁面のライトアップ

認知症月間に合わせて、当センターも認知症支援のシンボルカラーであるオレンジ色にライトアップ！



～ 昼間～



～ 夜間～

理解のために

◇出張相談会



R6年9月30日(月)

フジ高岡店さんの協力のもと出張相談を行いました！
地域住民のみなさんからの健康や介護相談のほか、
血圧や握力測定を実施。



“認知症”普及啓発 活動の一環で
オレンジ色の花が咲くキンセンカの種や
ペンなどのグッズを配布。

認知症について理解が深まったら...

チームオレンジとして活動してみませんか？

松山市ではR4年度から一定の研修を受けた認知症サポーターの活動をさらに一歩進め、地域で暮らす認知症の人や家族と認知症サポーターを結びつける「チームオレンジ」の活動に取り組んでいます！

R6年9月末現在、市内に17カ所のチームが立ち上がっています。

認知症サポーターのみなさんへ

認知症サポーターステップアップ講座を開催してみませんか？

社会問題となっている『認知症』について、ステップアップ講座を受講することで、活躍の場がさらに広がります。

- ・認知症サポーターステップアップ講座は認知症サポーター養成講座を受講した人が対象です。
- ・認知症への理解を深め、具体的な声掛けや対応など、より実践的な内容となっています。
- ・チームオレンジなど、認知症の人やその家族を支えるボランティア活動に活かしていただけます。

たとえば... 『味生地区社会福祉協議会』のみなさんの活動をご紹介します

認知症の人や家族に寄り添える場として活躍するボランティア活動(地域の集い) | 認知症の人も参加しやすい環境を整えるため、ステップアップ講座を受講 | 認知症の人も気軽に参加できる場として活躍するボランティア活動(地域の集い+チームオレンジ)

こんにちは「味生地区社会福祉協議会」です。私たちはチームオレンジとして認知症の人と一緒に暮らす方々を応援しています。少しでも認知症の理解を深め、認知症の人やその家族を支えるボランティア活動に活かしていただけることを目指しています。

味生地区社会福祉協議会
味生センター2階

松山市地域包括支援センター生石・味生

【チームオレンジとは】

認知症になっても自分らしく安心して暮らせるまちづくりを目指して、認知症の人やご家族の「希望」を叶えたり、「ちょっとした困りごと」を認知症サポーターを中心としたチームで支援する取り組みです。

認知症について、「地域のみなさんと一緒に考えたい」、「チームオレンジの活動に参加したい」など認知症やチームオレンジの取組みに興味のある方は、地域包括支援センターまでご連絡下さい。一緒に活動しましょう！！

問い合わせ先

松山市別府町177-1 味生ふれあいセンター1階

松山市地域包括支援センター生石・味生 Tel 089-953-3888 担当:西原・葛川・石崎

包括支援センターの活動紹介

高齢者虐待防止研修

9月13日(金)

『第1回介護保険サービス事業者連絡会及び第2回ケアマネ連絡会』を開催しました。認知症介護指導者の森川 隆先生をお招きし、高齢者の虐待防止について研修しました。



みぶカフェ

9月24日(火)

今年6月に開催し大賑わいだった味生地区社協さん主催の『みぶカフェ』第2回目を開催しました！今回も約50の方が参加され、理学療法士の松岡栄二郎先生による「フレイル予防と体操」と題した講座のほか、自宅でも簡単にできる体操を行いました。包括からは健康に関する相談を実施。講座のあとはアイスコーヒーや手作りのお菓子で、お茶タイムを楽しみました♪



講座の様子



カフェで歓談



防災講座

当センターでは地域向けに出張防災講座を行っています。

防災講座

『備えあれば憂いなし』災害が起こる前に安心できる準備を！

包括支援センターは、味生地区では、地域のみなさんの災害に対する意識の向上を目的として、下記の通り防災講座を開催しています。

マイタイムラインを作りましょう！

前編 備えの準備

1. 備えの準備の重要性を学び、備えのチェックリストを作成し、災害時の備えを確認する。2. 災害時の備えを確認し、備えのチェックリストを作成し、災害時の備えを確認する。

後編 災害時のトイレ問題を学びましょう！

1. 災害時のトイレ問題の重要性を学び、災害時のトイレ問題の対策を確認する。2. 災害時のトイレ問題の対策を確認し、災害時のトイレ問題の対策を確認する。

前半、後半合わせて1時間程度

会場 味生地区包括支援センター 味生 味生地区包括支援センター 味生 味生地区包括支援センター 味生
TEL: 952-2888 FAX: 952-2890

- ・土砂災害や洪水が起きたらどこに逃げる？
 - ・災害時のトイレ問題って？ など
- マイタイムラインの作成と災害用トイレの使用についてお話しさせていただきます。

1回の講座は1時間程度です。ご希望の方はお気軽にご連絡ください！



Check!



SYOUSEKIMIBU

Instagramで日々の活動や案内を発信しています。ぜひフォローしてください♪