

# あんしんケアセンター鎌取

第8号 平成29年冬号 (年4回発行)

(あんしんケアセンターとは、千葉市から委託された公的な相談窓口です。)



新年あけましておめでとうございます。

日頃から地域の皆様のご理解ご協力を承り、職員一同心から感謝申し上げます。

今年も、ご本人様やご家族への相談支援のほか、皆さまと協働での地域づくり・皆さまの生活を支える社会資源の連携に取り組んでまいります。昨年同様、あんしんケアセンター鎌取をよろしくお願ひ申し上げます。



みんなで楽しく参加できる、地域の活動はこちら！

行事内容 (場所)	日時
古市場サロン (古市場各団地集会所) 主催)社会福祉協議会	毎月第2木曜日 13:30 ~ 15:30
平山第一サロン (平山第一自治会館) 主催)社会福祉協議会	毎週月曜日 9:00 ~ 11:30
ふれあい・いきいきサロン おゆみ野公民館・ 鎌取コミュニティセンター) 主催)社会福祉協議会	2/2(木)おゆみ野公民館 13:30 ~ 3/2(木)鎌取コミュニティセンター 多目的室 10:30 ~
やまぼうしたすけあいの会 楽(らっく)気功呼吸法 (やまぼうし公園) 主催)やまぼうしたすけあいの会	毎月第2水曜日は機構体操 9:00 ~ 9:15 (雨天中止) ※ラジオ体操は雨天以外毎日実施
ウエルエイジングの会 (おゆみ野公民館)	原則、第4水曜日13:30~15:30 日程の変更があることもあります 当センターまでお問い合わせください
すいようカフェ おゆみ野3-40-8河野ビル 1階 みんなの広場 主催)ボランティア	毎週水曜日11:00~ 100円でフリードリンク 午後から希望者に森永先生の体操 ☎043-312-2903
シニアリーダー体操 主催)シニアリーダー	ゆみ〜る鎌取 月曜14:00~(月数回) 椎名公民館 毎週金曜10:00~ おゆみ野公民館 毎週金曜14:00~ 社会福祉協議会緑区事務所 毎週水曜日10:00~ 有吉小学校 第1第3土曜 10:00~ エステシティおゆみ野 月1回不定期
いきいきあんしん元気塾こやつ (おゆみ野ふれあい館) 主催)あんしんケアセンター鎌取	原則、第4金曜日13:30~15:30 日程の変更があることもあります 当センターまでお問い合わせください

## 冬本番、感染症に要注意

インフルエンザとノロウイルスによる感染症は、毎年のように冬場に流行します。特に、高齢者が発症すると重症化しやすいため、特に注意が必要です。手洗い・うがい・マスクなどで予防することも重要です。また、インフルエンザに関しては予防接種があり、接種により重症化を防ぐことができると言われています。



## 認知症への意識の高まりを感じます

11月には、「椎名農協女性部会」「おゆみ野第1団地長寿会」にて住民の皆さまのご要望にお応えて認知症に関するお話をさせていただきました。ご参加くださったみなさま、ありがとうございました。



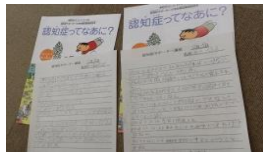
# 認知症サポーター 136名が新たに誕生しました



「自分も役に立ちたい」との感想が多かった小谷津小学校6年生の皆さん！頼もしいっ！！

こやつ小学校6年生108名・平山シニアクラブ20名・パナソニックエイジフリー8名の皆様が講座を受講され「認知症サポーター」が新たに136名誕生しました。認知症サポーター養成講座は、認知症の正しい知識や対応方法について90分～120分とともに学ぶ内容です。認知症をおもちの方が住みやすい地域にするため、皆さんも受講されませんか？

出張相談（無料）を承ります。町内自治会やシニアクラブ・学校・PTA・サークル仲間などからのお申し込みをお待ちしています。



## ～認知症カフェ～

認知症をお持ちの方やその家族、また地域の方々や医療・介護の専門家などが集い、気軽に話し合える通いの場所として、認知症カフェが注目されています。（2018年度には全市町村で実情に応じて設置することを目指しています）緑区内では2か所。当センターの圏域には、残念ながらまだありません。

今後、私たちの住むこの地域に、認知症カフェができるとき、支援して下さるボランティアさんがいらっしゃれば心強いです。認知症をお持ちの方が暮らしやすい地域は、だれもが住みやすい地域です。一緒に活動してみませんか？詳しくは、当センターまで。

## 講座のご案内

場所：イオンスタイル鎌取  
入場無料・申し込み不要  
問い合わせ：  
あんしんケアセンター鎌取



### 「健康測定からみる、あなたの健康」

～健康相談会のお知らせ～

日時：平成29年1月11日（水）13:30～15:30

内容： 足指力  
脳年齢  
血管年齢・骨密度・握力  
などの測定結果に基づき職員がアドバイスいたします。



### 「薬の正しい使い方・健康食品やサプリメント・高齢者とお薬」

～千葉市薬剤師会まちかどお薬講演会～

内容：お薬でお悩みの事、心配な事について、千葉市薬剤師会の皆さまに、ご講演いただきました。18名の方がご参加くださいました。皆さん、熱心に聞いていらっしゃいました！！



### 「どこまでできるの？家での暮らし 地域のケアマネに聞いてみよう」

～シニアお話サロンプラチナ部会～

内容： 事例紹介（要介護4や5）  
サービス紹介  
座談会



### 千葉市あんしんケアセンターって？

「介護保険はどうしたら使えるの？」「家族の介護で困っているけれど、どこに相談していいかわからない」などお気軽にご相談ください。私達が対応いたします。



#### 【お問い合わせ】

千葉市あんしんケアセンター鎌取  
☎ 043-293-6911

千葉市緑区おゆみ野3-16-1  
ゆみ～る鎌取ショッピングセンター5階

#### 【担当地域】

大金沢町・落井町・おゆみ野・おゆみ野有吉・おゆみ野中央 おゆみ野南・鎌取町・刈田子町・小金沢町・椎名崎町・富岡町 中西町・東山科町・平山町・古市場町・辺田町・茂呂町

#### 【営業時間】

月～土曜日 午前9時～午後5時  
（日曜日、祝日及び年末年始を除く）

