

あんしんケアセンター鎌取

第3号 平成27年秋号 (年4回 H27.10.1発行)

10月

3周年を迎えました



職員紹介

あんしんケアセンター鎌取は平成24年10月1日に開設し地域の皆様や関係機関等のご理解ご協力を得ながら4年目を迎えることができました。皆様に支えられていることに感謝致します。

突然ですが、皆様にとって「幸せだな」と思うときはどんな時でしょうか？「住み慣れた地域で、安心して、自分らしく生きていたい・・・」すべての人の願いだと思います。

あんしんケアセンターの仕事は介護予防や健康増進に努め、病気や要介護状態になっても重度化を予防する事、医療と介護の連携や住民同士の支え合いを推進する事、認知症の方の理解を進める事、権利を守ることとされています。

鎌取地区の人口は、約6万人と非常に多く、8,000人の高齢者の皆様へ行き届いたサービスには、まだ遠いのが現状です。センター5人の職員が互いに協力し合い、チームとして力を発揮できるよう、取り組んで参りますのでよろしくお願い致します。



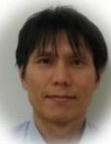
センター長
主任ケアマネジャー 池田久江



保健師 小林由佳



主任ケアマネジャー 小林美智代



社会福祉士 國 康祐



事務員 清水貴子



みんなで楽しくできる、介護予防教室はこちら！

当日直接会場へ
申込不要

Let's go



行事内容 (場所)	日時
ふれあい・いきいきサロン (鎌取コミュニティセンター3階 多目的ホール)	10/ 8(木) 10月は、おゆみ野公民館 11/12(木) 12/10(木) 13:00 ~ 15:00
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)	10/14(水) 11/11(水) 12/9(水) 9:00 ~ 9:15 (雨天中止)
いきいき元気塾こやつ (おゆみ野ふれあい館)	10/15(木) 11/26(木) 13:30 ~ 15:00
ウエルエイジングの会 (おゆみ野公民館)	10/28(水) 11/25(水) 13:30 ~ 15:30

千葉市緑保健福祉センター健康課事業案内
(千葉市緑区鎌取町226-1)

※お問い合わせ・申し込み先: ☎292-2630 FAX292-1804

行事内容	日時・定員
歯っぴー健口教室	11/4・11・18・25・12/2(水) 65歳以上 13:15~15:30(全5回) 定員25名
血糖対策クッキング	11/5(木) 10:00~14:00 定員20名

見守り 新鮮情報

自宅に**国勢調査**を**名乗った電話**があり、「一人暮らしか、国民年金か厚生年金か、証券はあるか、貯蓄は1千万円以上

あるか」などを**聞かれる**ままに**答えてしまった**。

国勢調査は**このように**

電話で質問するのか？

(70歳代 女性)



**国勢調査の
調査員が直接電話で
質問することはありません**

ひとこと助言

信じちゃダメ



見守り新鮮情報 第203号(2015年9月4日) 発行:独立行政法人国民生活センター

シニアリーダー！～元気高齢者の活躍に向けて～

〔 8月～週1回(120分)×3ヵ月 合計12回
年間2コースを広報で募集(無料)対象65歳以上の方〕

超高齢社会に向け、高齢者自身による地域への参加、介護予防活動が期待されています。
鎌取から、男女7名の皆さんが10月の卒業を目指し参加されています。
地域を支えるシニアリーダーが間もなく皆さんのお住まいの地域に伺います。
一緒に体を動かし、転倒予防、認知症予防に取り組み健康寿命を延ばしましょう！
※教室をご希望の方は下記にご連絡下さい。

介護予防の重要性

生活習慣病

認知症

運動の指導

救急処置



啓発



第一コース受講者の皆さん

お問合せ シニアリーダー事務局 ☎300-3355

つどいの場！ 車イスの方もOK
車いすの方は事前にご連絡ください。



平成27年度 第2回 おゆみ野地区 『ふれあい散歩』

コース: おゆみ野公民館～大百池～八剱神社

年4回

爆弾低気圧も、なんのその！！
朝は激しい突風でしたが、出発時は青空が顔をのぞかせ、運気も向上！
14名の参加者と22名のボランティアさんが集合。
地域の歴史を振り返り、秋の季節を肌で感じながら懐かしい昔話に花を咲かせていました。最後まで歩ききった笑顔は素敵でした。
次回は皆さんも一緒に参加してみませんか？
初めてでも顔を合わせてお話しする事で、とても大切な元気とパワーをいただくことができます。



みんなで予防！インフルエンザ

まずは予防から

- ◎予防接種を受ける
- ◎栄養と休養を十分にとる
- ◎適度な温度・湿度を保つ
- ◎人ごみを避ける

インフルエンザ予防対策！！



千葉市の助成対象

千葉市在住で65歳以上の方

接種期間：平成27年10月1日～平成27年12月31日

接種費用：自己負担額 1,800円

(ただし、接種期間内1回のみです。)

※接種できる医療機関、詳細に関しては直接医療機関にお問合わせ下さい。

～8月の活動報告～



テーマ:『在宅生活を支える介護保険の活用方法』

講師: 鎌取で活躍中の主任ケアマネジャー
場所: みんなの広場(おゆみ野3丁目)

地域住民の方からご依頼いただき講演会を行いました。
講演会終了後には、介護の専門職と懇談会を行い、「自分は望み通りに在宅生活ができるのだろうか?」と、不安を抱え参加された方々も「顔の見える関係」ができ気持ちが軽くなったとお声をいただきました。

< あんしんケアセンター鎌取からのお知らせ >

★地域活動情報を募集しています★

地域で利用できる食材配達、移動販売等の情報を募集しています。
「スーパーが遠くて行けない」
「買った物を持って帰れない」などの高齢者が増えています。
生活支援に、協力してくれそうなお店やボランティアさんの情報をぜひ教えてください！



【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・おゆみの中央
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)

