

チカラ



いち早くみつける力！

地域での見守りの事例を紹介します！

地域包括支援センター千住西 × ファーコス薬局千住桜木



平成28年10月19日「薬と健康の広場」で行われた千住西の出前講座の音楽体操の様子。

上記と同日、同場所の脳トレの様子。

薬剤師さんも地域の支え手に！

ファーコス薬局千住桜木は、薬局であると同時に、絆のあんしん協力機関です。

処方箋を薬局に預けたまま薬を取りに来ない方、窓口での言動が気になる方、薬の管理が困難な方などを地域包括支援センターに連絡して、介護保険申請へつなげることができた例がありました。

介護予防にも取り組んでいます！

薬局を一日開放する「薬と健康の広場」に、28年度初めて地域包括支援センターが出前講座として参加し、脳トレと音楽体操を行いました。

参加者一人ひとりが、早口言葉や体操

などを体験し、自分に合った介護予防の方法を考える良い機会となりました。

日頃より地域の方が主催するサロンに会場を提供し、スタッフとしても参加するなど、地域包括支援センターと連携を取り、高齢者が安心して暮らせるよう生活を見守り、地域を支えています。

地域の方がファーコス薬局内でサロンを開催しています「サロンファーコス千住桜木」

日時 毎月第二木曜日

14時30分～16時

場所 ファーコス薬局千住桜木待合室
(千住桜木2-11-7)

内容 おしゃべりなど

連絡先 3870-9871(ファーコス薬局)

各地で活躍する

今回の担当は…千住ブロック!

(新田・千住西・千寿の郷・千住本町・日の出)



絆のあんしん協力員&協力機関



地域包括支援センター日の出 × NPO 法人「ハートデリ」

絆のあんしん協力員の島村さんは流通関係の仕事の経験を生かし、NPO 法人「ハートデリ」を立ち上げました。

「顔の見えるお付き合いを」「心をこめて」をモットーに、買い物等の代行や話し相手としての訪問等をしています。

新規訪問では信頼関係を築くまでが苦勞との事ですが、会話するのを楽しみに待っていてくれる人がいる、外に出るのが億劫で、家に閉じこもりがちだった人が、訪問を重ねるうちに段々元気にな

っていくという姿を見た時、活動をしていて良かったと感じるそうです。今後はますます事業を拡大していきたいと話されていました。



千住地域で高齢者を見守っています!



絆のあんしん協力員 島村さん

ハートデリ連絡先 090-9294-1012



地域包括支援センター千住本町① 「おたっしゃランチ」で交流

千住本町は月に1回(最終金曜日)千住桜花苑の食堂にて昼食会を開催しています。名付けて「おたっしゃランチ」。

おいしく食事できるようにスマイルアップ「あだち ちゅうりっぷ体操」で口と舌の運動を行ってから、皆で配膳し、そろって「いただきます!」。

一人で参加する方も入りやすい雰囲気、食事と会話を楽しまれています。

普段は一日テレビを見て過ごしてい

いるという方も、ここで皆とテーブルを囲み「おしゃべりをするのが楽しい!」と生活に欠かせない居場所になっています。



連絡先 地域包括支援センター千住本町
3888-1510

【カフェしんでん】

7月18日(火)、そんぽの家王子神谷(新田1-3-19)では、ひょうが激しく降りつけるなど大変な天気の中でカフェが開かれました。

「こんな天気は初めて見るわ！」など天気についてのお話や、「さかなへん」の漢字について、思いつくままに答えを出し合うなど、何気ない会話のつもりが

【ウェルカフェ(しんでん健康講座)】

7月19日(水)、絆のあんしん協力機関「ウェルシア薬局」内の「ウェルカフェ」で開かれた健康講座。

和やかにお話が進む中、目薬の効果的な点し方や保管方法、紙おむつの選び方など、専門講師の実演を交えながら楽しい講演がありました。

連絡先 地域包括支援センター新田
3927-7288

「ウェルカフェ」とは、地域住民が気軽に交流できるようにと、ウェルシア薬局が設置したフリースペースです。

いつの間にか脳トレに。皆さん、思い思いに会話を楽しまれていました。



気のあう仲間と楽しいおしゃべり！

新田初の試み！

ホウカツ



日頃の健康づくりについて楽しく会話！

男性限定のサロン「千寿おとこ組」はスポーツスタッキングを通し、男性同士の絆をますます深めています。「男性なら誰でもOK。交流の場としておとこ組を活用ください！」とうれしい組長のお話でした。

お問い合わせは地域包括支援センター千住本町(3888-1510)へ。



千寿おとこ組のみなさん

男の遊び場

「やりたい“何か”が見つかるところ」

遊悠友サロン



「遊悠友サロン」は将棋、囲碁、マージャンなどを皆で楽しむ男性限定のサロンです。大工経験者の方もいるということで、不定期で大工仕事教室も行っています。

サロンには口コミや、地域に貼られたポスター、ケアマネジャーからの紹介など、様々な方法で多くの人が集まってきます。実は「ケアマネジャーからの紹介」というのは他ではあまり耳にしません。事業者の間にサロンの活動情報が行き渡り、うまく連携ができていく証拠です。

毎回20名程の参加があるそうですが、運営委員の方によると、1回きりの参加者もいて、定着が課題とのことでした。

男性が遊び、楽しみながら、友達づくりの場となるサロンとして、ますます参加者が増え、盛り上がるよう期待しています。



「退職後、何もすることなく昼寝するだけだった。ここに来れば、そういうこともなく健康にも良い」とある参加者のお話です。



勝負なので皆さん真剣ですが、時にはおしゃべりや笑い声も聞こえます。

男性同士は、おしゃべりだけより将棋など一緒にやっている方が話が弾むとのことでした。

日時：毎週水曜日 13時～16時
場所：老人保健施設千寿の郷 展示室
(柳原2-33-6)

参加条件：男性

参加費：無料 お茶・コーヒー付き

連絡先：地域包括支援センター千寿の郷
3881-1691