

ケアマネ 学習会・交流会



- 圏域及び委託先のケアマネジャーを招き
- ①5月/八王子市のリエイブルメント事業について
 - ②8月/司法書士による老い支度講座
 - ③11月/イスのあるまちから考える～住みやすいまちとは？【地域ケア会議共催】
 - ④2月/高齢者世帯の支援に関する事例検討会
- 以上計4回開催しました。
- ③11月開催では圏域の町会長、民生児童委員等の地域の方々や介護保険・障害事業所、行政職員の皆様にご参加頂き
ケアマネジャーと情報交換を行いました。



介護予防教室

講師：岩永ことゑ氏

ヨガインストラクター・介護予防運動インストラクター

令和5年度は、毎月第一月曜日午前、全12回の開催でした。参加者の方々は、ヨガをベースにした体操・ストレッチを行い、心地良い汗を流しました。

12月には、大横保健福祉センターの保健師・管理栄養士の方をお招きし、血管年齢や足指力測定を行い、大いに盛り上がりました。また動脈硬化防止の講話を頂き、共に楽しく学びました。

年度末には、体力測定を行いました。参加者の方々は、日頃の成果を発揮すべく真剣に取り組まれていました。



令和5年度 活動報告

地域ケア会議

令和5年度は個別ケースを計6回、ハチプロ(通所C)を利用中のご本人が参加する自立支援型のケア会議を計16回開催しました。高齢者の自立支援をテーマに、医療や介護の専門職、民生委員、市役所の方へ出席を頂き「高齢世帯ケアラー」、「ごみ溜め症候群」、「地域で誰もが使えるイスやベンチ」等の地域課題について検討、助言を頂きました。

地域の課題や今後の地域づくりについて、地域住民の方々と共に考える取り組みを地域ケア会議では行っています。こんな事を話したい等、皆さまからのご提案をお待ちしております。



家族介護者の つどい

奇数月の最終火曜日の午後開催。
おれんじパートナーの山口様・斉藤様にご協力いただき、お茶を飲みながら介護に関する感談の時間を過ごしました。



突然介護が始まって気持の整理が必要な方、介護をしていた家族を失くされた方、家族が認知症と診断され不安を抱える方など状況は様々ですが、抱え込んでいた本音を話すことで、お帰りにする時には少しの笑顔も見られています。

どなたでも参加できます。
お気軽にお問い合わせください。



精神保健学習会



こころの訪問診療所いこま、多摩病院、平川病院にご協力を頂き2ヶ月に一度、精神科病院の相談員さんと座談会形式の学習会を続けています。

当センターでお受けしている相談事例の中で精神科領域に関わるものを事例提供し、相談員さんから率直なご意見を頂いたり、顔の見える関係を築いています。

精神科病院の見学会や「精神科病院を上手く活用しよう」とのテーマで公開学習会を開催し、大勢のケアマネジャーさんにもご参加頂きました。

子安市民 センターまつり



令和5年10月28日(土)・29日(日)
子安市民センターまつりに参加しました。
「心と体の健康づくり」をテーマに、元気な時から取り組める食事や運動、生活習慣、延長上にある認知症、地域での各コーナーを設置しました。

当日は清智会記念病院、ノルディック・ウォーク吉田先生、ボランティアの皆様にお手伝い頂きました。



体力測定には2日間で延べ164名の皆さんにご参加頂きました。
お越し下さった皆様ありがとうございました。



認知症サポーター 養成講座

奇数月の最終月曜日の午後開催。
市民の方々や、薬局の従業員さん、高校生を対象に、認知症の方を地域で支えるためにできる事を考えました。

また、ステップアップ講座では若年性認知症の当事者の方の話を聞き、認知症になっても出来る事は沢山あると知り、認知症への理解がさらに深まりました。

認知症は誰にでもなる可能性があります。
自分事として、一緒に考えてみませんか。
ご参加お待ちしております。



スマートフォン 使い方講座



シニア向けの超・超初心者向けのスマートフォンの使い方講座を今年度は7回実施。IT自由研究室の中島先生を講師にお招きして、会場は子安町にある駄菓子屋Yottetteをお借りしています。職員とほぼマンツーマンで皆さん楽しくゆっくりとスマートフォンについて学んで頂きました。

