



# かこがわ便り

## サロン代表者交流会

9月12日に加古川町サロン代表者交流会を開催しました。加古川町内のサロンの代表者や運営に関わられている方々65名にお集まりいただき、各サロンの紹介や情報交換を行っていただきました。

サロン紹介では、有志で運営されている団体、今年度新しく立ち上げをされたサロン、町内会で運営されているサロン、いきいき百歳体操とマッチングさせているサロンの4か所に紹介していただきました。グループワークでは、日頃の活動を振り返っていただくとともに、互いの課題を共有し、「今後の取り組みに参考になった」という声も聞かれました。

今後もこのような通いの場がますます重要になる中、継続ができるよう、地域包括支援センターでも微力ながらご支援させていただきたいと思っております。



## 県営加古川西団地 敬老会



9月10日、西団地の町内会で「敬老会」の行事があり、「元気はつらつ高齢世代」という演目で講話をさせていただきました。「敬老会」の式典に益々の発展をとの思いを込めて「健康寿命を延ばす暮らし」「遠くの身内より近くのご近所さん」の二つの心構えをお伝えしました。また講話の中で、片足立ちに挑戦していただいたり、お口の健康、脳トレなどに積極的に参加いただき、日頃からの意識の高さを伺う事ができました。

今後も、自助・互助・共助を含めた健康づくり、地域づくりがより一層深まるよう、地域の方に寄り添っていきたく思います。

## 第11回 加古川町内 多職種連携研修会



6月29日、加古川公民館にて加古川町管内多職種連携研修会を開催しました。今回は、加古川健康福祉事務所地域保険課 尾西ゆみ子保健師による「健康福祉事務所（保健所）の仕事、保健師との連携のしかた」をテーマにご講演いただき、引き続きグループワークによる事例検討をしました。「連携は大切」「多職種の意見を参考に業務に活かしたい」「顔の見える関係づくりを今後も続けたい」等多くの方から感想をいただきました。

今回は82名と多くの方にご参加をいただき、これからも、皆様のご要望に応じた研修を企画したいと思っておりますので、よろしくお願い致します。

## 加古川町内 主任ケアマネジャー 事例検討会

加古川町管内の主任ケアマネジャー12名の方にご参加いただきました。事例提供者から「介護者のいないケースをケアマネジャーがどのように支援したらよいか」との検討課題を寄せていただき、対象者の理解を深める質問を重ねながら全体像を浮かび上がらせ、情報や支援内容の共有を図る事ができました。顔の見える関係づくりの場として意義のある会になった事を嬉しく思います。今後もケアマネジャーの皆様とネットワークを密にし、協働させていただきたく思っています。



# 氷丘地区ささえあい協議会

市役所、社会福祉協議会、町内会連合会、民生委員、地域活動の代表者、民間企業の方などが一堂に会し、氷丘地区の地域づくりについて検討しました。昨年度から話し合いを始めており、より良い氷丘地区を目指して協働できるような、顔の見える関係性ができてきたように思います。まずは地域に気軽集える場を増やしていくことに取り組んでいき、その場所に参加して下さった方からのご意見により、新たな活動に展開していくことも期待されます。今後も定期的に話し合いの機会をもつ予定で、地域包括支援センターも氷丘地区の地域づくりの一助になればと思っています。



## 氷丘民協 研修会

氷丘地区の民生協力員の皆様の研修会に参加させていただき、地域包括支援センターかこがわの役割や支援内容など、お伝えさせていただきました。

介護認定申請の方法や、介護保険サービスのあれこれ、また、地域に出向いての業務についてなど、地域包括支援センターについてご理解いただき、今後のご支援をいただくうえでの連携の更なる構築ができたのではないかと感じました。



## 氷丘公民館 高齢者大学 講演会

氷丘公民館高齢者大学「陵の里学園」の学生94名に「もしもの時に知っておくべきこと」と題して講演をさせていただきました。地域包括支援センターは何をしているところなのかを説明し、介護のことや健康のことなど、困ったことがあれば相談して下さればとお伝えしました。皆様とてもお元気な方ばかりで「まだまだ介護なんて必要ないわ」「まったく死ぬ気がしない」など、とても前向きなご意見が挙がっていましたが、元気な内に備えておくことも大切であると知っていただき、もしもの時には地域包括支援センターも活用して下さればと締めくくりました。



## 大野町内会 いきいき百歳体操 立ち上げ支援

大野町内会でのいきいき百歳体操の立ち上げ支援に参加しました。大野公民館の3階で毎週水曜日に開催されており、この日は世話役の方も含め26名の方が参加されていました。「体操に参加することで、普段は会わない方の顔が見られて嬉しい」「3階の会場まで毎週来ることが何よりの健康維持です」という前向きなご意見が多く、今後継続して開催していくにはどうすれば良いか、茶話会も同時に開催してはどうかと活発に話し合っておられ、新たな通いの場ができたことを喜んでおられました。



## 6包括 合同研修会



突然ですが、脳梗塞はどの季節のどの時間帯に多く発生するでしょうか？7月13日に加古川市市民会館にて、加古川市6地域包括支援センター合同研修会にて、しょうせ脳神経外科医 庄瀬医院長、松野眼科 松野医院長、兵庫県腎友会の方をお招きして、ケアマネジャー向けの研修会を開催しました。訪問による眼科診療に取り組まれている医師が少ないことや、腎臓透析後は、フルマラソン完走後のように疲れることなど、勉強させていただきました。

最後に答えますが「夏 6～8月、早朝 6～12時」です。異常があれば早めの受診が、その後の大きな分かれ道になるそうです。