



おおの包括だより



本年もどうぞよろしくお願ひいたします。

2024年は石川の地震に始まり、連日事故や事件など、不安なニュースが続いております。おおの地域包括支援センターはそんな不安な状況にも負けず、地域の皆様のための介護予防活動や相談対応をホットに続けていきたいと思っております。

おしらせ

地域ケア推進会議

3月4日（月）14:00~15:30

当センターでは毎月、ケアマネージャーに事例提供していただき地域ケア個別会議を行っています。そのなかで「免許返納後の外出に困っている高齢者がいる」「足腰が弱くなって外出できなくなった」など、外出に困っている高齢者の声（地域課題）が発表されています。

そこで、「外出困難な高齢者の暮らしを支えるために」というテーマで、高齢者が暮らしやすい地域づくりを目指す為、地域ケア推進会議を開催します。今回、地域の民生委員・主任児童委員の方々にも参加していただき、地域の生の声から、現状や原因を知り、地域課題を掘り下げる場にしたと考えております。

おおのネットワーク会議

11月17日（金）14:00~15:30

地域住民や圏域の介護事業所との連携を図るために、会議を通して交流する場を設けております。

今回は「介護と医療の連携」をテーマに、病院の相談員の方々や圏域介護事業所の方々との意見交換会を行いました。

参加者からは、『介護と医療によってそれぞれの思いがあると思うので、互いの思いをぶつけることができ、いい内容だった。』、『コロナを機に病院との関係性が薄くなった気がしたので、病院側の気持ちがわかってよかったです。またこのような会議を行いたいです。』と感想が寄せられました。



介護相談協力員研修会

11月22日（水）10:00~11:30

市内各圏域に高齢者の相談窓口として介護相談協力員おり、日頃から連携して活動しています。当センターでは年2回協力員向けに研修会を開催しております。

今回は「その人らしさとは」をテーマに「もしバナカード」を用いて『人生の最後にどう在りたいか』について講演やレクリエーションを通して考えました。

参加された方々からは「自分の価値観を見直すことができよかった」「もし何かあった時を思って考える必要性を感じた」などの感想が寄せられました。



事例紹介

ある日、病院から相談がありました。『久しぶりに来院された患者さんの様子が以前と違う。話のつじつまが合わず、保険証も忘れている。服の汚れ具合などからお風呂にも入っていないようだ。』という内容で、支援が必要であるということでした。

これを聞いて包括職員がご本人と面談。地域の民生委員にも連絡し、日頃の様子について話を聞きながら連携して介入をしています。

ケースによっては時間をかけ関わらなければならない場合もありますので公共機関、医療機関、地域の皆さんと協力しながら支援をしています。



傾聴ボランティア



つながり隊活動中！

場所 小規模多機能型事業所おおの

認知症の方への（そうでない高齢者の方へも）対応力向上のため、傾聴ボランティアで月2回事業所におじゃましています。

最初は「何を話したらいいの？」と戸惑う様子もありましたが、今では相手の興味を引き出すような声掛けができています。

地域に対応力のある認知症サポーターがいれば安心ですよ！



コスモスカフェ

毎月第3水曜日 13:30~15:00

場所 片岡福祉館

それぞれやりたいことができるよう、小物作り、トランプ、花札、かるた、体操、脳トレなど各コーナーに分かれて活動しています。

つながり隊メンバーはそれぞれの特技を活かし、歌や体操、読み聞かせ、講話などで大活躍！地域にこのような集いの場がたくさんできればいいですね！



ほっとカフェ

毎月第4金曜日 10:00~11:30

場所 わかみや会館

12月にクリスマス会を実施しました。歌から始まり、絵馬作りの工作をしながら、お菓子の詰め放題！

詰めすぎて袋が破れるハプニング！「どれにするか迷う〜！」など大盛り上がりでした。

今年度も残りわずかですが、元気に活動していきます。



地域包括支援センターは総合相談窓口です！

地域包括支援センターは高齢者の生活上の困りごとや不安ごとの相談窓口になっており、寄せられる相談は毎月100件を超えています。介護保険に関する内容が多くを占めており「介護保険ってどうやって使うの？」という内容や「介護保険ってどんな人が使えるの？」「私のお母さんも使えるの？」などの声がよく聞かれます。

当センターではそんな介護保険の説明や相談にも対応しています。また介護保険以外にもインフォーマルなサービスや楽しく活動している場の情報提供も行っています。

皆さんの「どうすればいいかな？」「なにか使えるものはないかな？」などの悩みを一緒に考え支援します。お気軽にご相談ください。

青森市おおの地域包括支援センター

〒030-0847 青森県青森市東大野2丁目1-10

TEL:017-711-7475
FAX:017-711-7329