

こうせいじん通信

URL: <http://www.koseiin.or.jp>

第5号 平成22年1月発行 函館市地域包括支援センター 厚生院 発行責任者 松野 陽



所長 松野 陽

皆様、あけましておめでとうございます。

いよいよ平成22年が始まりました。昨年の大きな話題は、なんと言っても政権交代でしょう。社会福祉に携わる我々も大きな関心を寄せていたところでした。これまでの政策では、残念ながら社会福祉は「削られ」「減らされ」「絞られ」などという言葉がぴったり当てはまるのが現状でした。

しかしこのようなマイナス要素は、確かに大きな問題ではありましたが、「介護予防」に重きを置いた視点は平成18年から始まった当センターの活動を通し、決して誤りではなかったと考えております。

最近、自分自身の祖父母のことを思い起こすことがあります。そして、祖父母と今現在関わりを持たせていただいている同世代の方との違いには本当に驚かされます。

「若い!」の一言に尽きます。日本が世界一の長寿国であることを本当に実感させられます。そしてさらなる「いつまでも元気な長寿国」を実現する!という夢が我々にはあります。これが当センターの初夢でしょうか。

新政権にはぜひこの夢を実現出来る政策を期待したいものです。

さて今号では、「健康づくり教室」など特集しております。どうぞお楽しみ下さい。我々の夢と新政権への期待をお伝えして、新年のご挨拶に代えさせていただきます。本年もどうぞよろしくお願い申し上げます。

函館市地域包括支援センター厚生院

〒042-0955
函館市高丘町3番1号
(介護老人福祉施設 函館百楽園内)
TEL 0138-57-7740
FAX 0138-57-7746



函館市地域包括支援センター厚生院 ランチ花園

〒041-0843
函館市花園町31番4号
(市住花園団地4号棟1F
デイサービスセンター花園内)
TEL 0138-56-5695
FAX 0138-52-2306



窓口相談

月曜日～土曜日
9:00～17:30
(日曜日は定休)

休日・夜間は携帯電話
へ転送しており、
お急ぎの場合など、
ご相談をお受けして
おります。

函館市地域包括支援センター厚生院の担当地域 (東央部地区)

川原町	深堀町	駒場町	広野町	湯浜町	戸倉町	湯川町1～3丁目	榎本町	花園町
日吉1～4丁目	上野町	高丘町	滝沢町	見晴町	鈴蘭丘町	上湯川町	銅山町	旭岡町
西旭岡1～3丁目	鱒川町	寅沢町	三森町	紅葉山町	庵原町	亀尾町	米原町	東畑町
鉄山町	蛾眉野町	根崎町	高松町	志海苔町	瀬戸川町	赤坂町	銭亀町	中野町
石倉町	古川町	豊原町	石崎町	鶴野町	白石町			

東央部地区高齢人口(65歳以上人口)…17,562人 高齢化率…28.2%(平成21年11月現在)

教室のご紹介

「健康づくり教室」開催中!

～これからも元気に生活していけるように～

湯川1丁目町会



湯川1丁目町会の方を対象に、『健康づくり教室』を開催しています。平成21年8月～平成22年1月までの6ヶ月の間で、12回(およそ2週に1回ペース)行なうものです。

健康維持や体力アップが出来るよう、そして介護が必要な状態にならないよう、いろいろなメニューに取り組んでいます。

教室の主な内容は・・・

- 体力測定・・・初回時と終了時に体力やバランス能力を測定します。
- ミニ講話・・・転倒予防、ウォーキング方法、病気予防、口腔ケア、栄養、介護保険、福祉サービスなどについてのお話。
- 運動実践・・・ストレッチ、筋肉トレーニング、みんなの体操、家で取り組める体操などの運動。



教室の様子をご紹介します!

会場は函館渡辺病院のご協力をいただいています。

《みんなでストレッチ》



《楽しく継続中》



楽しく仲良く健康づくりに取り組んでいます。興味のある方は、保健師までご連絡下さい。



☆ ケアマネジャーのおしごと ☆

ケアマネジャー(介護支援専門員)ってよく耳にしますがどんな仕事をしている人かご存じですか?

どんな人が?

医療・福祉などの国家資格や、社会福祉主事・ホームヘルパーなどの資格を持ち、5年以上の実務経験の有る人が試験に合格し、所定の研修を終了後、専門員証が交付される認定資格者です。

役割は?

要支援または要介護と認定された方や、ご家族からの相談に応じて、自立した日常生活を送ることをめざし、心身の状態に合ったサービスが利用出来るように支援を行います。いわば気軽に日常生活全般の相談が出来る応援者です。

勤めている場所は?

在宅では居宅介護支援事業所・地域包括支援センター、居住施設では介護保険施設(特別養護老人ホーム・老人保健施設など)や、グループホーム・小規模多機能施設等が主な活躍の場です。

成年後見制度をご存知ですか？



成年後見制度は、判断能力が充分でない方が不利益を被らないように、家庭裁判所に申立てをして、その方を援助してくれる人（成年後見人等）を選んでもらい、本人に代わって法律行為が出来るようにする制度です。

成年後見制度では、既に判断能力の衰えがある場合に利用出来る **法定後見制度** と、判断能力が衰える前に利用出来る **任意後見制度** があります。

成年後見人等が行なう支援の例

悪質商法被害など、不要な買い物をしてしまったときの契約取り消し
家賃・施設サービス費・入院費・公共料金・税金など、生活費の支払い
介護サービスや施設に入所するときの契約、入所後の異議申し立てなど
不動産などの財産管理・保管・処分、相続などの手続き
通院時の治療や処方箋などの説明を受ける時の同席
(ただし、治療行為や検査に関することの代理や同意は出来ません)
年金・社会保険等の手続き
実印・銀行印・預貯金通帳の管理



注) ご本人の判断能力に応じ、支援できる内容は異なります

成年後見人等が できない支援の例

結婚、離婚、養子縁組、遺言など、その人だけに効力が生じること。

アパートや施設入所・入院など、各種手続きの際の身元保証人や身元引受人

詳しくは

制度についてのご説明や、手続きに関する支援・関係機関のご紹介など、当センターでお手伝いすることが出来ますので、まずはご連絡下さい。

在宅で介護保険サービスを受ける際の流れ ～ 相談からサービス利用まで ～

居宅介護支援事業所や地域包括支援センターに相談し、担当者を決めます。

必要性やご要望を伺いながら一緒にサービスの利用について考え、ケアプランを作成します。

事業所（ヘルパー・デイサービスなど）や関係機関と連絡調整を行い、ケアプランを確認し、内容を共有します。

定期的、または必要に応じてご自宅を訪問し、ケアプランの確認や見直しを行います。

サービス利用開始。
ケアプランに基づいてサービスを利用します。

詳細は地域の包括支援センターや最寄の居宅介護支援事業所にご相談ください。
(ご自宅にお伺いして、ご相談をお受けすることも出来ます)

函館市高齢者福祉サービスについてのご案内

今回は函館市で行っている函館市高齢者福祉サービスの中から『生活管理指導員派遣サービス』についてご紹介いたします。

生活管理指導員派遣サービス Q & A

介護認定の結果は非該当なのですがヘルパーを利用することが出来ますか？

出来ます。ただし、利用するには要件(身体状況や疾病など)があります。

週に何時間使えますか？

週に2時間まで使えます。

料金はいくらですか？

1時間、200円です。

受けられるサービスの内容は決まっていますか？

調理・買い物・掃除等の家事援助に限ります。

利用するためにはどこに相談するとよいですか？

ランチ花園(56-5695)までご連絡下さい。相談員が訪問し、申請の代行を行います。



生活管理指導員派遣サービスとは・・・

要介護認定で非該当と判定されても、身体や疾病の状態によって生活に支障のある場合、ヘルパーにより家事援助を受けることが出来るサービスです。

町会の集まりなどにお伺いしております！

- 11月 3日・駒場団地町会 「認知症サポーター養成講座」
- 11月10日・高根町会 「介護予防教室」
- 11月14日・百寿会館 「介護予防教室」
- 11月24日・湯川1丁目町会 「在宅福祉委員勉強会」
- 12月 8日・川原町公団住宅入居者相談会

当センターでは町会の集まりなどで、講話や情報提供を行っております。
ご希望の方はお気軽にご連絡下さい。

大井川 印牧 須田 松野 佐々木 森 矢野



三好 中村 工藤 福原 鈴木

～厚生院のスタッフです。～

編集後記

新年を迎え、皆様は何か目標をお考えでしたか？私は車を運転するようになって初めての冬を迎えたのですが、毎日お腹が痛くなるくらい緊張して通勤しています…。早く冬道に慣れて、余裕を持って通勤できるようになることが今一番の目標です！皆様にとって、今年も良い年になりますように！（鈴木）

広報誌担当 森・工藤・中村・鈴木