

函館市在宅高齢者等サービスについて

「食」の自立支援事業をご紹介します。

調理や食事の確保が困難な方を対象に、定期的に食事を提供し、安否の確認を行うことにより、地域における自立した生活を支援します。



対象となる人は…

- ・概ね65歳以上の高齢者又は身体障がい者であって、老衰、心身の障がい及び傷病等の理由により食事の調理が困難であり、次のいずれかに該当する方。

- ①単身世帯
- ②高齢者のみ世帯又は、これに準ずる世帯
- ③身体障がい者のみ世帯又は、これに準ずる世帯

サービス内容は…

- ・函館市と契約している配食サービス事業所から、栄養バランスのとれた食事（昼食又は夕食）をご自宅に、お届けします。同時に安否の確認も行います。
- ・1食あたり400円でご利用頂けます。



手続きの流れは…

- ・相談を受けるとセンター職員が訪問し、身体状況、訪問介護や通所介護などのサービスで補えないか、家族等に支援できる方がいないかなどを確認させていただきます。
- ・それをもとに函館市が利用の可否を判断します。
- ・要介護認定未申請の方は申請を検討して頂きます。



ご利用に際しての詳細及び介護認定についてのご相談は、担当ケアマネジャーもしくは当センターにお問い合わせください。

包括ゆのかわのメンバーです！よろしくお願いします。

それぞれの職員の

- ①2018年の抱負
 - ②私のひそかな趣味
- をご紹介します。



佐々木
社会福祉士

- ①スキーをしてもケガをしない体づくり
- ②休日の洗車



京谷
保健師

- ①ダ イット…!?
- ②職場の人間観察



庄子
主任ケアマネ

- ①趣味をつくる
- ②昔のテレビ番組を見る



中村
主任ケアマネ

- ①健康な生活を続ける
- ②園芸



森
社会福祉士

- ①今年こそやせる！
- ②靴あつめ



村上
社会福祉士

- ①節約
- ②ひとりカラオケ



小倉
ケアマネジャー

- ①外出機会をふやす
- ②ネットショッピング



海老名
ケアマネジャー

- ①筋トレで8kg減
- ②ねんど細工



中野
ケアマネジャー

- ①小走り禁止
- ②風呂あがりの柔軟体操



萬屋
ケアマネジャー

- ①毎日、腹筋スクワットをする
- ②韓国ドラマ



齊藤
事務員

- ①子どもの公園デビュー
- ②ネットスーパー

高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センターゆのかわ

ゆのかわ通信



Hakodate
Koseiin

第4号 平成30年1月発行 函館市地域包括支援センター ゆのかわ 発行責任者 佐々木 康寛

地域の皆様には、日頃より当センターの運営にご協力頂き、ありがとうございます。

2018年がスタートしました。干支では戌年、「イヌ」は社会性があり親しみやすく、頼りになる動物だと言われています。私自身も今年は一層地域の皆様にとって、身近な相談しやすいセンター職員を目指していきたいと感じております。

今年も、高齢者あんしん相談窓口「地域包括支援センターゆのかわ」を 主任ケアマネジャー 中村 弘子



高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センターゆのかわ

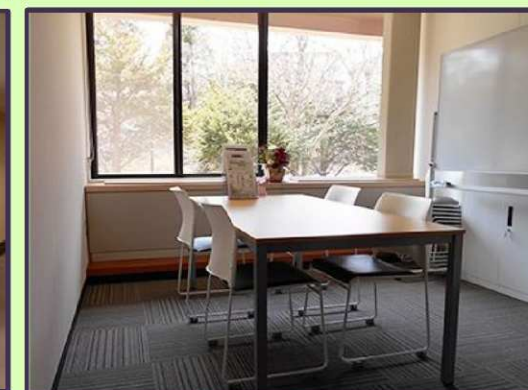
〒042-0932 函館市湯川町3丁目29番15号
介護老人保健施設ケンゆのかわ内
TEL 0138-36-4300
FAX 0138-57-0080



窓口相談

月～土（祝祭日含む）
8：45～17：30
【日曜日は定休】

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



担当地域（東奥第1圏域）

川原町 ・ 深堀町 ・ 駒場町
湯川町1～3丁目 ・ 湯浜町
日吉町1～4丁目 ・ 花園町
高齢（65歳以上）人口：10,886人
高齢化率：36.2%（平成29年11月現在）

地域の集まりにも、ぜひセンターをご活用ください！

各地域にお伺いし、高齢者全般に関するお話をさせて頂いております。
日時、内容はご要望に応じてご相談させていただきます。お気軽にご連絡下さい。（※無料です）
受付担当：佐々木 京谷 庄子

主任ケアマネジャー
より

「平成29年度地域ケア会議」実施報告

「地域の課題について検討する会議」として、当センターでは昨年度に引き続き、町会単位での「認知症高齢者模擬捜索」と意見交換会を実施しています。今年度は3町会様のご協力と、圏域内関係者様の多数のご参加を頂きました。特に小学生や高校生の参加があったことで、多世代で認知症や地域の課題について話し合う良い機会となりました。今年の2月には「全体会」も予定しています。今後ともご協力ご参加をお願い致します。



5月20日：日吉町会～町会や関係機関、小学生、高校生参加
健康教室に参加して下さった方を中心に多数ご参加を頂きました。小学生やラ・サール高校のボランティア部の学生からも意見を頂き会場が盛り上がりました。高校生からは「認知症の方への接し方が皆が知っている常識になれば良い」との感想もありました。

7月6日：深駒町会～町会や関係機関、小学校の授業参加

昨年1月に町会内で意見交換を実施後、模擬捜索を行いました。深堀小学校の4年生の総合学習の授業としての参加もあり、116名での実施となりました。町会の担当者の方々と小学校の先生方の熱意のもと実現できた模擬捜索となりました。「多世代での共生が大事」との意見を頂きました。



10月28日：湯浜町会～町会や関係機関、児童家族参加

事前に、町会で支援する立場として活動している町会役員の方々と意見交換を行い「認知症に気付くポイント」が難しいとの意見がありました。それを踏まえ、企画段階より町会福祉部の担当者様との打ち合わせを重ね、町会長と副会長には「認知症高齢者役」を実際に体験して頂き、模擬捜索を行いました。

保健師
より

「健康づくり教室」のご案内

町会で“元気な地域づくり”に取り組んでみませんか？

ご希望のある町会を対象に『健康づくり教室（全12回）』を開催しています。6ヶ月コース（隔週開催）や3ヶ月コース（毎週開催）等があり、町会の方々のご希望をお聞きしながらプログラムを作成しています。介護予防・健康寿命の延長を目指し、是非町会で取り組んでみませんか？

地域の方同士が定期的に顔を合わせる機会にもなります。交流の場としてもご活用下さい。



社会福祉士
より

悪質業者から身を守るために

高齢者は「お金」「健康」「孤独」などの不安があるとよく新聞などで報道されています。悪質業者は言葉巧みにこれらの不安をあおり、親切にするなどして信用させ、年金や貯蓄などの大切な財産を狙っています。

では、実際に悪質業者はどのような手法で高齢者に近づいてくるのでしょうか？

高齢者をだます為の手口

①感情をゆさぶる

「お母さん助けて！」「このままだと逮捕される」など高齢者の不安をあおり、気を動転させます。

②公的機関などの名前を使い、高齢者を信用させる

「市役所」「警察」「弁護士」などの名前を悪用し、作り話の信憑性（しんぴようせい）を高めます。

③高齢者をせかす

「今日中に振り込んで！」と言ったり、郵便局や銀行の受付終了時間を狙うなど時間的切迫を演出し、高齢者に考える時間を与えません。

弁護士費用
として300万
必要です。

簡単なもんだ。
ヒヒヒ、

弁護士の
〇〇です。
私が全て
対応します。



悪質業者から身を守るために

- ・普段から詐欺に関する情報に関心を持ち「自分の身は自分で守る」意識を持つ。
- ・怪しい電話に出ても「必要ありません」とハッキリ断る。
- ・「あれ？変だな？」と少しでも思ったら迷わず家族や知人、警察などに相談する。

消費者トラブルの相談窓口

- 函館市消費生活センター
☎ 26-4646
- 函館市役所
「くらし安心110番」
☎ 21-3110
- 警察相談ダイヤル
☎ 51-9110

一人で悩んでいる
心配な高齢者が
いるなど、気になる
ことがあれば、
当センターにも
ご相談下さい。

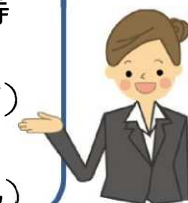


『健康づくり教室』の主な内容

- 【運動実践】ストレッチ・ラジオ体操・ご当地体操
筋力アップ・膝痛や腰痛の改善メニュー等。
- 【ミニ講話】転倒予防、病気予防、ウォーキング方法、栄養改善
口腔ケア方法の他、介護保険・福祉サービス等。
- 【体力測定】教室の初回と終了時に、体力やバランス能力を
測定し、身体状況や運動の効果を確認。



- ◆対象：これまで開催したことのない町会等
- ◆会場：町会館等（開催できる会場が無い場合は当センターで検討致します）
- ◆料金：無料（町会及び参加者の負担はありません）



開催を検討される
町会の方は、是非
お気軽に保健師まで
お問い合わせ下さい！