

ケアマネジャー
より

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。
買い物や調理が困難な方を対象に、食事の定期的な宅配と安否確認を行う事により、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、体力の低下や心身の障がい及び傷病等の理由により調理が困難であり、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。1食につき400円でご利用いただけます。

手続きの流れは？

- センター職員が訪問し、身体状況、ヘルパーやデイサービス等他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どうかを確認し申請します。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いただきます。

ご利用に関する詳細や要介護認定についてのご相談は
担当ケアマネジャー
又は当センターに
お問い合わせ下さい。



それぞれの職員の
「令和3年！私の挑戦！」をご紹介します。

包括ゆのかわの職員です。
総勢12名となります。
よろしくお願ひします！！

| | | | | | | | |
|---|-------------------------|---|------------------------------|--|----------------------------|--|----------------------|
|  佐々木 主任ケアマネ | 「無趣味」からの脱出 |  京谷 保健師 | 1日1カ所ずつ整理整頓 |  庄子 主任ケアマネ | 早寝早起きの生活リズムを作る |  森 社会福祉士 | 子どもに負けない体力づくり |
|  五井 社会福祉士 | 猫背を治してキレイな姿勢を保つ |  坂田 保健師 | 身の回りを常に整頓キレイな机で仕事の効率化 |  小倉 ケアマネジャー | 自宅で気軽に取り組めるストレッチ |  安倍 社会福祉士 | 自分磨き内面も外面も！ |
|  中村 ケアマネジャー | 家庭菜園（無肥料無農薬）への挑戦 |  海老名 ケアマネジャー | トランペットで今よりも高い音を出す |  中野 ケアマネジャー | アンチエイジング！「疲れた」と言わない |  斉藤 事務員 | 何も挑戦せず休息の1年 |

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



第10号 令和3年2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

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。
函館市では、新聞報道等でも取り上げられている通り、令和4年度からの地域包括支援センターの機能拡充による福祉拠点の整備に向けて検討が進められている状況です。

地域の身近な相談窓口としての機能・役割が、より増していく事について大きなプレッシャーを感じていますが、センター職員一人一人が常にスキルアップする必要性を強く意識して、地域の皆様から期待されるセンターとして活動していきたいと考えています。どうぞよろしくお願い致します。



施設長
佐々木

まずは相談『包括』へ

〒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
月曜日～土曜日
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（東央部第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：11,118人
高齢化率：38.1%（令和2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：京谷 庄子 森

主任ケアマネジャー
より

今年度の地域ケア会議報告

今年度の地域ケア会議は「コロナ禍で見てきた地域の課題」について2つのテーマでそれぞれ2回ずつ開催しました。「今出来る事」について前向きな意見を頂きました。

「新型コロナウイルス感染症の影響と課題について」をテーマに町会長、医療機関、介護従事者、小学校、放課後児童クラブを交え、意見交換を行いました。



日吉町4丁目, コンテ日吉を中心に開催。感染対策とそれぞれが出来る取り組みを、共有しました。



日吉町1~3丁目を中心に開催。互いに協力出来る事を共有、今後に繋がる貴重な顔合わせが出来ました。

- 互いの立場で困っている事や情報不足が共有でき、地域の相談先がわかった。
- 高齢者、児童共に外に出る機会が減少し、運動不足や交流不足が見られる。

意見交換より

「コロナ禍における地域の健康づくり」をテーマに東深堀在宅福祉委員会を中心に国立病院機構函館病院、有斗高等学校の生徒を交えて意見交換を行いました。

高齢者の閉じこもり増加等との意見から健康と交流を目的に安全な散歩コースを検討しました。



「お散歩マップ」が完成。地域での今後の活用や助け合い活動へ向けて話し合いが出来ました。

- 高齢者の閉じこもり対策として地域の多世代を交えてお散歩マップを完成。
- 今後は学生ボランティアによる高齢者支援や、冬期間コースの検討を行う。

社会福祉士
より

新型コロナウイルスに便乗した詐欺にご注意を!

新型コロナウイルスの感染拡大に便乗した詐欺が全国で多数確認されています。今回は実際にあった詐欺について紹介します。

手口①: 公的機関を名乗り、信用させる

市役所や厚生労働省を装い「補助金がでるので、キャッシュカードと印鑑証明を用意しておいてください」と電話があった。

手口②: 外出を控えている高齢者への訪問型詐欺

突然業者が来て「下水管にコロナウィルスが混ざっているのを洗浄する」と言われた。

手口③: 一方的に商品を送り付ける

頼んでもいないマスクが突然届き、お金の支払いを求められた。



身に覚えのない商品が届いた場合は、こちらを参考に対応することもひとつの方法です。

詐欺を未然に防ぐために

- 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。
- 「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。
- 家族や地域の方々に高齢者の様子を気にかけて、異変に気付きやすくする。

【令和2年4月作成】 消費者庁

新型コロナウイルス感染症に便乗した身に覚えのない商品の送り付けにご注意ください

注意! : 政府が1住所当たり2枚ずつ配布する布製マスクは、お知らせ文と一緒に透明の袋に包んで配布されます。

【身に覚えのない商品が届いた際の対応方法】

(例) 封筒に入った使い捨てマスク30枚が宅急便で届いた。家族も全く心当たりがない。請求書は入っていないが、今後どうすればいいか。

とにかく、ひとまず落ち着きましょう。

送り付けられる前に、事業者からの電話連絡はありましたか。

はい ↓ いいえ ↓

送付された商品の売買契約の動議はありましたか。

はい ↓ いいえ ↓

上記の売買契約の締結を申し込みましたか。

はい ↓ いいえ ↓

★売買取約は成立していません。お金を払ってはいけません。事業者に連絡する必要もありません。

★商品の送付があった日から事業者による引取りがないまま14日間*を経過したときは、商品を自由に処分してかまいません。その後の事業者による商品の引取りに応じる必要もありません。

★商品が届いた場合でも、契約書面を受け取ってから8日以内であれば、クーリング・オフ*ができます。書面を受け取ってなければいつでも可能です。

*引取りを請求すれば、その請求の日から7日間に経過できますが、事業者が電話番号等を知られてしまう可能性もあります。

慌てず事業者に連絡したりせず、使用せずに保管し、14日間経過後から処分しましょう!

おかしかったら、心配な場合は、一人で悩まず、消費者ホットライン 188 (局番なしの3桁番号) 等の関係機関にご相談ください。

※ このほかにも、消費者庁では、多様な情報を発信しています。詳しくはこちらへ。 <https://www.caa.go.jp/>

作成: 消費者庁消費者政策課 (電話 03-3507-8800 (代表) FAX 03-3507-7557)

出典: 消費者庁ウェブサイト
※上記のリーフレットについて、お問い合わせのある方は、当センターへご連絡下さい。

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
- 警察相談ダイヤル
☎51-9110
#9110 (短縮)

心配な高齢者がいるなど、気になることがございましたら当センターにもご相談下さい。

保健師
より

認知症と診断されたら?

認知症は単なる物忘れ?

加齢に伴い誰でもちょっとした物忘れが出てくる事もあります。「年だから仕方ない」「治るものじゃないし…」など思っていないですか? 認知症は、単なる物忘れとは違います。症状を理解し適切に対応していく事が大切です。

認知症の初期症状は…?

- ◆ 同じ事を何回も話す。
- ◆ よく物を探している。
- ◆ 料理や買い物ができなくなる。
- ◆ お金の管理ができなくなる。 など…

家族や周囲の方の「あれ?何かおかしいな…」という気づき大切です。

認知症になったら施設に入らなきゃいけない?

認知症の中でもいくつかタイプがあり、早期に適切な治療を受ける事で、進行を遅らせたり症状の改善が期待できる場合があります。また、要介護認定を受けると介護保険サービスを利用する事ができます。

サービス利用の一例

- ☆ 最近、整容や衣類の着脱ができなくなってきた…
⇒ 決められた時間にヘルパーが訪問し衣服着脱の介助や見守りをしてもらう。
 - ☆ 調理の一連の動作がしにくくなったり失敗する事が増えた…
⇒ 調理の準備や火を使う行程の中でご本人ができる事は行き、難しい部分をヘルパーに依頼する。
- 上記の他にも様々なサービスがあり、状況に応じてサービスを組み合わせ、活用していく事もできます。

