

川西地域包括支援センター

川西包括だより

令和元年7月15日発行 第24号

編集責任者:蒲生

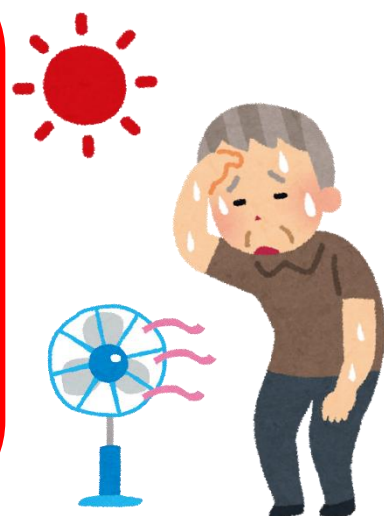


いよいよ夏本番となりましたが、皆さまいかがお過ごしでしょうか。川西地域包括支援センターは、川西地域・川辺泉田地域(第6中学校区)にお住まいの高齢者の皆さんの介護予防・健康・介護・福祉・医療などの相談をお受けするための、上田市から委託を受けた相談機関です。**身近な相談窓口**としてご活用ください。

暑い夏、熱中症に要注意！！

【熱中症予防 5つのポイント】

- ①エアコンを上手に使いましょう！
- ②暑くなる日は要注意！
- ③こまめな水分補給！
- ④「おかしい」と思ったら病院へ！
- ⑤周りの人にも気配りを！



相談日:月曜日～金曜日 定休日:土日祝

時 間:8時30分～17時15分

* 電話相談は24時間年中無休で受け付けています。

* 相談は無料です。* 秘密は厳守いたします。

川西地域包括支援センター

上田市小泉1028番地 電話:26-1172



←ホームページ

フェイスブック→



地域での自主的な支え合い活動を応援するための

B型サービス

による支援制度がスタートしました！

高齢者の皆さんを支えるために地域で自主的に行なわれている多様な活動に対して、補助金を出すことで活動の支援をすることの出来る制度がスタートしました。

★通所型サービス B…住民主体の通いの場

通いの場を作ることで、閉じこもりの防止や介護予防に資するための活動を行なった場合に補助金を受けることができます。

【対象になる活動】

開催日…1回2時間以上。毎週1回以上同一曜日に開催するなど、定期的に開催するものであること。

内 容…介護予防体操やレクリエーション、参加者同士の交流などによる日中の居場所づくりを行なうものであること。(従事者の資格要件等なし)

参加者…誰でも参加可能(老若男女問わず)。ただし地域包括支援センターによる介護予防ケアマネジメントを受けた高齢者を一定数受け入れること。

補助金…毎年5万円～40万円(上記高齢者の参加人数などによって変動)



★訪問型サービス B…住民主体の生活支援

有志のグループで高齢者等への生活支援を行なった場合に補助金を受けることができます。

【対象になる活動】

内 容…高齢者等に対して、生活支援(雪かき・草刈り・買い物・ゴミ出しなど)を行なうものであること。(従事者の資格要件等なし)

対象者…誰でも可能(老若男女問わず)。ただし地域包括支援センターによる介護予防ケアマネジメントを受けた高齢者を一定数受け入れること。

補助金…毎年14万円～28万円(上記高齢者の受け入れ人数によって変動)





なぜ地域での支え合いが必要になるの？

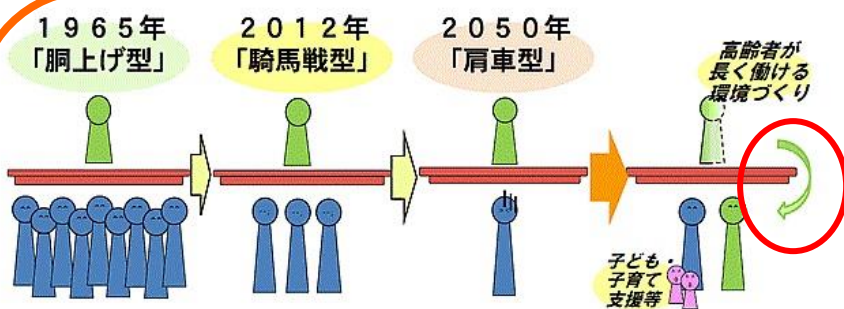


高齢者の皆さんを支えるための力が足りない！！

日本は世界中でどこの国も経験したことがないほどの少子高齢化社会を迎えています。高齢者が増えて働く世代が少なくなると、財政的にも物理的にも高齢者の皆さんを支えるための力が不足します。その影響は介護保険料の値上がりや介護人材の不足、デイサービスやホームヘルパーなど、必要なサービスを使いにくくなるなど、高齢者の皆さんにのしかかってしまうのです。



これからはどんなことが求められるの？



介護予防をして生涯現役！出来る部分では支え手に！子どもや子育て世代も支援を受けつつ、支え手に加わられるしくみが必要！

少子高齢化によって高齢者の皆さんを支えるための力が不足するので、地域の中で支え手になれる人を増やしていく必要があります。

例えば、近所でごみ出しの手伝いをしたり、電球の交換や買い物など、ちょっとしたことをお互いに頼み合える環境を作ることで、デイサービスやホームヘルパーなどの公的な介護サービスが不足した際に、地域の中でそれを補うことのできるしくみを作っていく必要があります。



大人も子どもも高齢者も…
みんなで力を出し合って
住み慣れた地域で暮らしていこう！





ワンコイン 出前講座

ご利用ください！

今年度は新しい取り組みとして、同じ地域で活躍している医療福祉専門職やボランティアの皆さんの協力のもと、『ワンコイン出前講座』を開催しています。500円(ワンコイン)で、地域の集りの場にプロの先生がお伺いします！

上室賀4地区お茶飲み会
『毎日できる健康体操』

吉田 お楽しみ会
『楽しくて笑える脳トレ』
ツクイ上田原
生活相談員:浅川先生



鹿教湯病院訪問リハビリ
作業療法士:霜鳥先生



デイサービスうらら
作業療法士:小谷先生



ツクイ上田原
生活相談員:浅川先生



東築地 人権懇談会
『介護保険制度について』
いずみの居宅
主任ケアマネ:森先生



皆さん、『おくすり手帳』は
活用していますか？
お医者さんに薬の相談が
しづらいときには、薬局で
も相談に乗ることが出来
るので、お気軽に活用して
くださいね。

浦野 人権懇談会
『あなたらしい最期を迎えるために』
ほほ笑み訪問看護ステーション
看護師:安静先生



NPO 法人うるわしの里
『薬剤師に聞いてみよう！』
花の木薬局
薬剤師:岩下先生



上記以外にも、たくさんの講座を用意しています。
出前講座を希望される方は、お問い合わせください！
問い合わせ先:川西地域包括支援センター 電話:26-1172