

南毛利地域包括 だより

平成 28 年 9 月発行 No.19
発行：南毛利地域包括支援センター
厚木市温水西 2-27-38
カーネーションパーク 1 階
電話番号 046-250-1108
ファックス 046-250-1105
メール hokatsu@tomei.or.jp

はじめに

南毛利地域包括支援センターは、平成 27 年 10 月 10 日に「さつきの里あつぎ」より現在の温水西の事務所へ移転し、もうすぐ一年が経とうとしています。

秋、冬、春、夏と全ての季節をこの地で過ごさせて頂き、少しずつ近隣の地域のみなさまとお顔を合わさせていただき、まだまだではありますが地域の様子を知ることができ、とても嬉しく感じています。

どんど焼きや事務所の目の前で行われた夏祭りなどは、お子さんからご高齢の方まで多くのみなさんが参加され、とても印象的でした。

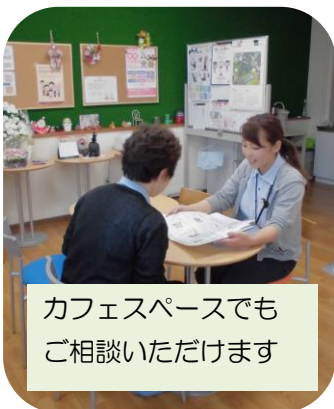
高坪地区の夏祭りでは、事務所前の駐車場にお子様向けにご用意された金魚すくいを、快くチャレンジさせていただいたことは忘れる事ができません。

これからも、より多くの地域のみなさまに地域包括支援センターについて知っていただき、お役に立てるよう努力して参りますので、お気軽にお声かけください。

あなたのまちの

南毛利地域包括支援センター

地域包括支援センターは、厚木市や介護・医療・福祉の関係機関と協力して、地域の皆さんの健康・生活・財産・権利などを守るために、厚木市が市内 10 箇所に設置した機関です。



カフェスペースでも
ご相談いただけます



高坪バス停の目の前
マンションの1階です

各種資料を用意しています

相談に費用はかかりません。
まずはお気軽にご連絡ください。

担当地域 戸室、恩名、温水西、長谷、

温水（一部を除く）船子（一部を除く）

営業時間 月～金曜 8:30～17:00

土曜 8:30～12:00

休業日 土曜日午後・日曜・祝日

年末年始（12/30～1/3）

平成 28 年度 第 3 回

南毛利いきいき健康教室

知って安心 認知症講座

「認知症サポーター養成講座」



認知症は誰にでも起こりうる脳の疾患です。

自分のため、家族のため、地域のために、認知症について一緒に学びませんか？分かりやすく、楽しい講座です。お気軽にご参加ください。

●内容 認知症についての基礎知識

認知症のひとを地域で支えるには

参加者にはサポーターの証、オレンジリングを差し上げます

講師：さつきの里あつぎ 介護福祉士 浅野佐久子先生

●終了後、ご質問・ご相談も受け付けます。

【日時】10月21日（金）

午後 1 時 30 分～午後 3 時

【会場】南毛利公民館集会室 【持ち物】筆記用具

【申し込み】10月14日（金）までに、

南毛利地域包括支援センター

046-250-1108 へお申込みください。

6 月に開催した教室の様子です



消費者被害・電力自由化についてのお話と、
介護予防・認知症予防の体操を行いました。

地域の底力！

地域で活動されているみなさんをご紹介します！

エステ・スクエア本厚木という 700 名弱の居住者がいるマンションで、高齢者の方々がふれあう場や機会が少なく感じており、ひきこもりをなくそう、集会室を有効活用しよう、ということから平成 23 年 4 月に発足しました、と実行委員の萩原節男さん。

恩名で活動している
エステ・シニアクラブ



毎月第 3 火曜日の 2 時半～4 時に会を開き、自由に談話したり、時には歩け歩けを目的に「スカイツリー見学」や「江ノ島めぐり」などを行っているそうです。

今年は特に出前講座を取り入れ頑張っていこう！ということで、6 月にはとうめい厚木クリニックの相談員の岡崎末希氏に依頼をし、病院に上手にかかるには？というテーマで講話をいただきました。南毛利包括も呼んでいただき、講話の後に口腔体操を行いました。

南毛利包括は、地域で活動されているみなさんを応援しています！

病院に上手にかかるには？

とうめい厚木クリニック・相談員の岡崎氏よりありました話のポイントをご紹介します！



あゆみ

～悪い例～

「もう痛くて痛くて・・・(どこがですか?) どこが?えっと、いろんなところですね。特に首なんか音がして。(一番首が痛いんですか?) いや、一番痛いのは腰です。(いつからですか?) いつから?昔から腰は悪いんですよ。(じゃあ最近いきなり悪くなったんですか?) いえ、2ヶ月前からです。」

～良い例～

「2ヶ月前から、腰が痛くて良くならないので来ました。重い荷物を持ってからのような気がします。座ったり立ったりするときが一番痛いです。」

- 伝えたいことは箇条書きでメモしていきましょう
- 症状は優先順位をつけて話しましょう

地域のケアマネ紹介

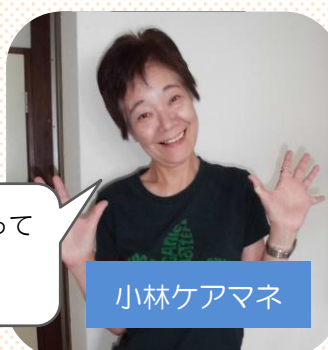
南毛利地域に新しいケアマネジャーの仲間が増えました



五味ケアマネ

皆様からたくさんの学びを頂き、共に歩ませていただきます。よろしくお願いいたします。

期待の大型新人、がんばります!!
(なんの大型でしょう?)



小林ケアマネ

ワーカーズコレクティブさち
戸室1-32-18B
Tel 224-7121



ケアプランセンターけいわ
戸室1-34-5-201
Tel 224-5556

編集後記

今年の第 70 回厚木結まつりの花火、皆さんはご覧になりましたか?今年もきれいでしたね。
楽しい夏休みも終わりですが、暑さはまだまだ続きます。夏の疲れも出る時期かと思えます。健康管理にも気をつけて、食欲の秋・行楽の秋・芸術の秋を楽しみたいですね。