

市川三郷町あったらいいなを 実現するための仕組みづくり研究会！



見守り？
ボランティア？



健康な人もそうでない人も、認知症や障がい
に向き合っている人も支えが必要な人も、大人
も子供もみんな、この住み慣れた地域で当たり
前に暮らしたい…。

その願いをかなえるための仕組みを皆でつくっていき
ます。

この研究会は、地域包括ケアの実現に向けて、市川
三郷町に「何があったらいいか」を行政、地域の様々
な関係者の皆で考え、今、自分（たち）に何ができる
か、何をすべきかを考えていきます。



さくらい



わたなべ



いちのせ



よこもり



たんざわ



あおやぎ



おざわ



かとう

介護、認知症、高齢者の生活の事は、
私たち地域包括支援センターに
ご相談ください！

市川三郷町地域包括支援センター職員一同

☎：055-272-1106

FAX：055-272-1198



市川三郷町

地域包括支援センターだより

平成28年3月発行

Vol. 3



今年度、包括支援センターが取り組んだ事について、紹介します。

家族介護者のつとめ

平成27年11月13日、六郷のつむぎの湯に
おいて、家族介護者のつとめを開催しました。

参加者の声

- 介護に疲れていたが、自分一人だけじゃない
事がわかってよかった。
- 悩みを聞いてもらえた。同じ気持ちの人たち
と話せてよかった。
- 今回の話を参考にこれからの介護につなげ
たい。次回もまた参加したい。

辛い気持ちを抱え
込まないで…！



町内介護者の体験発表



グループでの交流会

男性介護者のつとめ

3ヶ月に一回開催しています。

次回開催

平成28年4月8日 午後1時30分～
市川三郷町役場本庁舎大会議室

今年度は、交流会と、熱中症対策、認知症予防と口腔ケアの勉強
会、介護食の試食、男性介護者がケアマネジャーに伝えてほしい
事について話し合いをしました。

お気軽にご参加ください！

皆で話そう！



交流会



介護食の試食

虐待防止活動期間！

高齢者及び障害者虐待防止ネットワーク協議会では、平成28年度より11月1日～10日まで「虐待防止活動期間」を設置し、虐待防止を呼びかけました。

虐待してしまう人も支えよう！



ミニデイ！

介護保険を申請しておらず、毎日つまらないなと感じてる方…

週に1回、お風呂に入ったり、カラオケしたり、皆と楽しい1日を過ごしませんか？送迎もあります！

利用者の声

- ★新しい友達が沢山できた！
- ★体の事、家族の事、悩んでいる事、皆が話を聞いてくれる！
- ★週に1度ミニデイに来るのが楽しみ！



皆で楽しく介護予防！



徘徊 SOS ネットワーク！

徘徊する可能性がある方を事前に登録しておくことで、行方不明になった時、一刻も早く家族の元へ帰れるよう、生命と安全を守るためのシステムです。

※登録は包括支援センターまで



お帰りマーク
連絡先が書けるようになっていま
す！

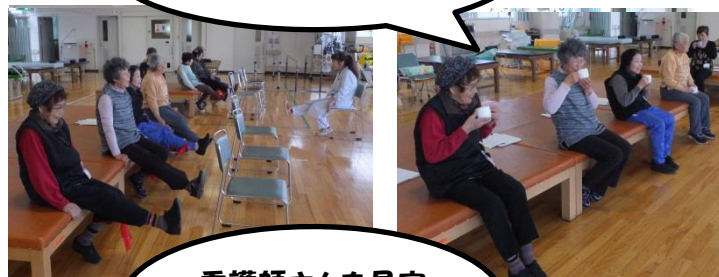
できじゃん教室！

転びやすくなった。
続けて15分以上歩けない。

運動機能が心配の方々に、市川三郷病院リハビリ室で、専門の理学療法士が指導してくれる運動教室があります。

希望者は家まで送迎もしています！
認知症の予防にも効果があります。

ボランティアさんのお茶でひと休み。



看護師さんも見守ってくれます。



H27.7.4 認知症公開講座 in 市川三郷！

参加者
約200人！

認知症予防に効果的な生活習慣や認知機能を鍛える方法を学びました。

また、町内で認知症予防に取り組んでいる4つの自主グループによるシンポジウムも開催しました。「楽しみながら、活動している」と発表がありました。



認知症の予防に大切な事は生活習慣の改善！



受講者
2,300人突破！



認知症への理解を深めよう！



認知症サポーター養成講座！

小中学校や地区の組織、ご家庭や無尽の仲間…

様々な場所で講座を開いています！

認知症の人とその家族の「応援者(サポーター)」が認知症サポーターです。

何か特別な事をするのではなく、認知症を理解し、暖かく見守り、出来る範囲で支援する。

それが大切です。

まだ受講してない方！職場、地域の集まり、仲良しグループで是非受講してみませんか？！

よい歯ではっぴい！ 認知症予防教室！

今、認知症予防の一つとして、口腔ケアの大切さが注目されてきています。

介護予防、認知症予防とお口の健康との関係について歯科医師がお話をし、歯の悩み相談など参加者一人一人にお答えしています。

全身を使って嚥下体操、健口体操をします。

教室を受けてみたい方募集しています！



あごも顔も体も動かして…！

