

ミニデイ募集中～♪



近所に友達がいない。誰かと話したい。楽しい時間を過ごしたい。という方！

簡単な運動をしたり、ゲームをしたり、お風呂に入ったり、1日楽しく過ごしませんか？

利用者の声

- ・週1回の利用日を楽しみにしています。
- ・週1回じゃなくてももっと行きたい！
- ・友達ができて楽しい。
- ・もっと早くミニデイの存在を知りたかった。



明るく♪楽しく♪
介護予防♪



利用料金

地域	利用者負担	食事代
市川・三珠	400円/1日	370円/1日
六郷	350円/1日	450円/1日

※六郷は、清珠荘で行っています。



介護、認知症、高齢者の生活の困いごと、
ご相談ください！



市川三郷町地域包括支援センター

(市川三郷町役場本庁舎1階福祉支援課内)

☎: 055-272-1106

FAX: 055-272-1198

Mail: fukushi@town.ichikawamisato.lg.jp



かとう



たんざわ



さくらい



わたなべ



いちのせ



よこもり



あおやぎ



おざわ

市川三郷町

地域包括支援センターだより

平成29年2月発行



Vol. 4

今年度の地域包括支援センターで行った事をお知らせします。

男性介護者のつどい

4・7・9・10・1月に、男性介護者のつどいを、行いました。

介護の体験談、認知症の勉強会、「料理の作り方がわからない、苦手だ」という方のために調理実習も行いました。また、味噌汁の塩分測定もし、味噌汁の塩分量の確認も行いました。

3か月に1度、男性介護者のつどいを行っています。詳しくは、地域包括支援センターまで！



できあがり！



家で作った味噌汁の塩分の測定しました。



濃い▶▶▶薄い

気楽にやろう会

～家族介護者のつどい～

家族介護者のつどいの名前が、
「気楽にやろう会」に決定しました！

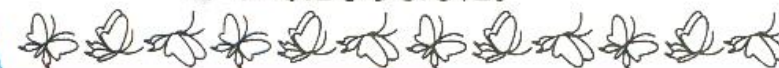
11月22日に六郷のつむぎの湯で、家族介護者のつどいを行いました。介護をされている家族の方々が集まり、介護の悩みや介護の方法を話し、つむぎの湯に入り、リフレッシュしていただきました。

参加者の声

- ・話をしてスッキリしました。
- ・体験を共有する事が出来て心強く感じました。
- ・自分と同じように介護をしている方の話を聞けて、参考になりました。



話してよかった～



よい歯ではっぴい！認知症予防教室

9月8日に「よい歯ではっぴい！認知症予防教室」を、市川三郷町ミニデイサービスで、行いました。

お口を動かし、歯でしっかり噛む事は、脳の血流をよくする事。認知症の予防になります。お口の健康と認知症予防の話を聞いて、^{えんげ}嚥下(飲み込み)の体操を、行いました。



高齢者及び障害者虐待防止活動期間

平成27年度より「市川三郷町高齢者及び障害者虐待防止活動期間」を設定しました。

11月1日～11月10日まで高齢者及び障害者虐待防止ネットワーク協議会の構成員の皆様と共に、虐待防止の啓発を行いました。



ポスターも
作りました！

虐待を防こう！



虐待防止活動期間
11月1日～11月10日

認知症サポーター養成講座

H28.4～12月で10回開催。178人のサポーターが増えました！

(平成22年～スタート 全134回開催 延べ 2,523人)

受講者
2,500人突破！



受講者増えてます！

出張講座します！

友だち、職場の仲間、無尽、サロンなど
5人以上の町内の集まりに出張します！

☆気軽に申し込んでください☆

認知症を
知ろう！



認知症を支える仕組みづくり検討会



認知症になっても
大丈夫☆

認知症になっても、市川三郷町で自分らしく暮らしていくために、どんな仕組みができると良いか、住民・町内の介護事業所・医療関係者・行政が集まり、みんなで考えました。

現在、メンバーで検討を行いながら、市川三郷町の認知症ガイドを作成しています。H29年3月に全戸に配布する予定です。是非、ご覧ください。



～認知症について～

話そう！実践者から聞こう

7月15日、日頃介護に悩んでいる事を専門職に聞いて、解決しよう!!という講座を開催しました。

町内のデイサービス、デイケア、介護施設等の職員の方々に話を聞いてもらったり、アドバイスを受けて、皆さんすっきりした表情でした。



専門職に聞こう
介護のコツ★

できじゃん教室・できでき教室

運動教室(できじゃん教室・できでき教室)を市川三郷病院リハビリ室で行いました。

できじゃん教室の参加人数

16人×年4回(3か月ずつ)→64人(実数)

できでき教室の参加人数

32人×年12回(月1回)→128人(延べ)

みんな元気で毎日の生活を楽しんでいます。

ここで運動したら体が動くようになって家事が楽になりました☆☆

