

ほりきり便り 第47号 2015年2月1日発行

高齢者総合相談センター堀切（地域包括支援センター堀切） 葛飾区堀切2-66-17
電話03-3697-7815 FAX03-3697-7862 ホームページ <http://ims-site.jp/horikiri/>

今号の主な内容:1面 オレンジカフェ等・2面 イベント参加等・3面 事業案内等・4面 認知症サポーター

インフルエンザ予防を続けましょう!!



- 手洗い・うがい・マスク着用を!! -



インフルエンザ流行のピークを迎えています。手洗いやうがい、マスクの着用、湿度管理等の予防を継続し、今年の冬も健康に乗り切りましょう!!もしも、インフルエンザにかかったら、医療機関に早く受診することも心がけましょう!!

… お気軽に、お立ち寄りください!! …

オレンジ カフェ

“オレンジカフェ”は、高齢者や高齢者等を介護するご家族、介護に携わっている方等、地域のさまざまな方に立ち寄っていただける“憩いの場”です。毎月第3土曜日 14:00~16:00(入退室自由)に開催しています。ぜひ、お気軽に、足をお運びください!!

日時：平成27年2月21日(土) 14:00~16:00

平成27年3月28日(土) 14:00~16:00

※3月は第3土曜日が祝日のため、第4土曜日に開催します。

会場：新葛飾病院 からだ学習館 (堀切 2-66-4)

飲み物代：100円 (お替わり自由!!)

申込み：事前申込不要!! 当日、直接会場へお越しください!!



- 開催報告 -

2014年12月20日(土)に開催した“オレンジカフェ”の様子です。気分転換や情報共有等の機会として、有意義にお過ごしいただくことができました。



《会場案内図》



↑会場“からだ学習館”の入口です...

- ・京成本線 堀切菖蒲園駅から徒歩10分
- ・常磐線・千代田線「綾瀬駅」および総武線「新小岩駅」から京成タウンバス(新小51)で「堀切二丁目」下車すぐ

- 今年も参加しました!! -

第10回ウェルピアまつり・第26回ボランティアまつり

2014年12月7日(日)にウェルピアかつしかで開催された「第10回ウェルピアまつり・第26回ボランティアまつり」に、今年も参加させていただきました。今年は、体育館に設置した当センターのブースにて、介護予防事業体験として、クリスマスツリー作成を実施し、幅広い年齢層の方にお立ち寄りいただき、大変好評でした。クリスマスツリーを楽しく作りながら、事業案内等もご覧いただくことができ、当センターについて、より多くの方に知っていただくことができました。



↑介護予防事業体験で作成したクリスマスツリーです。



↑たくさんの方に、楽しく介護予防体験をしていただきました。



↑さまざまな事業案内等を展示しました。

出前講座報告

たくさんの機関等から講師派遣依頼をいただいている“出前講座”!!今号では、高齢者クラブからのご依頼で開催した講座をご紹介します!!これからも、介護サービス事業所や医療機関等も含め、さまざまな機関等からのご依頼をお待ちしています。

12月16日(火)開催 高齢者クラブ“堀切5丁目温親クラブ” 「冬の健康管理」

南綾瀬第二集い交流館会議室にて、葛飾ロイヤル訪問看護ステーション 所長 小林氏を講師に迎え、インフルエンザ予防等、冬の健康管理についてご案内いたしました。感染症についての詳しい具体例等が分かりやすかったと好評でした。予防接種や高血圧等、日ごろ心配していることについて、気軽に質問する機会にもなりました。



12月16日(火)開催 高齢者クラブ“西小菅若葉会” 「座ったままでもできる ストレッチ」

西小菅集い交流館会議室にて、体を動かすデイ「匠」の松山氏を講師に迎え、座ったままでもできるストレッチをご案内いたしました。普段は鍛えることの少ない手や足の指先までつかったストレッチ等を、楽しみながら体験していただきました。気軽にできる介護予防のための運動等について、より関心を高めることができました。



- 家族介護者教室開催報告 -

“知っておきたい!成年後見制度の利用と相続・遺言について”

2014年12月20日(土)に、葛飾ロイヤルケアセンター会議室で、和賀井社会福祉士事務所 所長 和賀井氏を講師に迎え、成年後見制度の基礎知識等と相続・遺言についてご案内いたしました。事例をあげて説明していただいたため、具体的なイメージを持つことができました。少し難しい内容もありましたが、質問にも丁寧に答えていただき、高齢期の備えについて、より理解を深めることができました。



家族介護者教室3月のご案内

3月は、家族介護者教室を2回開催予定です(詳細未定・調整中)。それぞれ、広報かつしかや当センター窓口、ホームページ等にてご案内いたします。ご確認いただき、ぜひ、ご参加ください!!

2月・3月開催予定の事業のご案内

●認知症相談会

日時：平成27年2月19日(木) 15:00～

会場：高齢者総合相談センター堀切 相談室(堀切2-66-17)

“葛飾区在住の方を対象とした、認知症に関する無料相談会です。認知症やもの忘れについて心配なこと等を医師に相談し、アドバイスをいただきます。「うちのおばあちゃんの様子が最近おかしいな…」「認知症の家族への対応の仕方が分からない…」等、どこに相談したらいいかお悩みの方、この機会に是非ご相談ください。”

講師 成仁医院 浅水先生(精神科医)

対象者 葛飾区内在住で認知症やもの忘れでお悩みの方やその家族の方

人数 先着3名 参加費 無料

●認知症家族会“菜の花会”

日時：平成27年3月19日(木) 14:00～15:30

会場：葛飾ロイヤルケアセンター 会議室(堀切2-66-17)

“認知症と診断された最愛の家族をどのように受け止めたらいいいのか分からない介護者がつくった「家族の会」です。2ヶ月に1回程度集まって介護の悩みを打ち明け合ったり、介護の苦しみや介護の知恵を分かち合ったり、癒し、癒され、菜の花を見たときのようにほっこりとした気分になれるつどいです。奇数月の第3木曜日に開催しています。”

対象者 認知症のご家族を介護している方、または介護したことがある方

お申込・お問合せ 電話 3697-7815 (高齢者総合相談センター堀切)

認知症サポーター養成講座開催のご案内

(3面では、開催予定の事業についてご案内しております。ぜひ、ご参加ください。)

日時	会場	申込
平成 27 年 2月 21 日 (土) 14:00~15:30	お花茶屋地区センター 会議室 (お花茶屋 2-1-12)	受付中!!
平成 27 年 3月 25 日 (水) 14:00~15:30	亀有学び交流館 第四集会室 (お花茶屋 3-5-6)	2月 28 日 (土) 午前 9 時から受付

※すべて同じ内容です。ご都合のよい開催日時を選び、ご参加ください。

“認知症について正しく理解し、地域や職場等で、認知症の方やその家族を温かく見守り、自分でできる範囲の支援活動をする“認知症サポーター”になるための講座です。日常生活の中でのちょっとした気遣い等から、認知症の方が安心して一緒に暮らせる地域づくりの応援者になりませんか？”

講師：高齢者総合相談センター堀切/お花茶屋 所長 森山 繁
対象者：葛飾区在住・在勤・在学の方 ※年齢不問
人数：各回先着 15 名 参加費：無料

お申込・お問合せ 電話 3697-7815 (高齢者総合相談センター堀切)

認知症サポーター活動支援

“フォローアップ講習”を開催しました!!

堀切地区センター第一会議室で、認知症サポーターを対象に、大内病院精神科認定看護師井手順子氏を講師に迎え、フォローアップ講習を開催しました。講師より、認知症の種類や発症する脳の部位による症状の違い、具体的な対応方法等について、分かりやすく説明していただきました。対応例の寸劇も行い、理解しやすかったと大変好評でした。

認知症サポーター活動支援は、当センターにて開催しました認知症サポーター養成講座（出前講座での開催も含む）を受講された後、希望された方に開催のご案内をお送りしています。認知症サポーターとしての活動に関心のある方の参加希望・お問合せ等お待ちしております!



◆ 第48号は2015年4月10日（金）発行予定です!! ◆

●小さな編集室より一言

寒さの苦手な小さな編集担当も、インフルエンザ予防に努めております。寒くても、大好きな坂道散歩にマスクをして出かけ、帰宅後は欠かさず手洗い・うがいを行っています。皆様も、健康管理して、元気に冬を乗り切りましょう!!

