

しばさき NEWS

調布市地域包括支援センター 至誠しばさき 機関誌

□発行：至誠ホーム 旭 博之 □編集：調布市地域包括支援センター至誠しばさき
□調布市柴崎1-6-8鴨志田荘2-1F □Tel 042-488-1300 □令和5年2月発行

地域ケア会議の報告

テーマ「地域でいざというときの備えをしよう」

～避難所運営ゲーム(HUG)から考える～



近年災害が多くなってきており、地域での自助、共助が求められるようになりました。地域ケア会議では地域の皆様と、災害シミュレーションを通して災害対策、地域の力について意見交換を行いました！

避難所運営ゲーム「HUG」の体験を通して、災害に対して具体的に意識し、備えを考えるきっかけになったと思います。

地域で協力し合うことの大切さを学んだ、日頃から自宅での災害についての備えを行い、家族で認識する事が必要であると感じた等の意見が聞かれました。

地域での関係性づくりに努め、災害について考える力を養うことが大切であると思います。そのために地域の集まりやサロン等に参加し、顔の見える関係性を作ることが必要です。集いの場を活用し、地域の災害対応力を高めていきましょう。



男性のための体操教室 第2弾 開催しました。



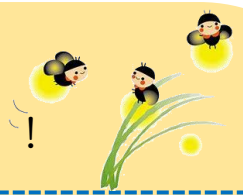
昨年度好評だった体操教室の第2弾として、社会福祉協議会とは共催、ちょうふ地域リハビリテーション連絡協議会の協力のもと、認知症予防に役立つ運動プログラム、血管年齢チェックなど健康測定機器による測定会を行いました。前回同様男性の方を中心に声掛けし、フォローアップもできるように調整しました。

参加者からは、「健康チェックも行い、自分の体の事が理解できた。普段運動する機会がない為いい機会になった。専門の方に伝授して頂いて参考になった、今後も続けていきたいと思う。」等の意見が聞かれました。

自分の体調を把握し、専門家による体操を継続することで、今後の生活において体の調子もよくなり、集いの場を作ることによって地域の力に繋がっていくと思います。今後も体操教室等行っていきたいと思っています。



げんじ堂の会 ～笑顔で支え合い、楽しく生きる～



げんじ堂の会
～笑顔で支え合い、楽しく生きる～

「私が死んだらどうなるの？」
気になっていてもなかなか話す機会がないこのテーマについて、成清さんのお話を聞いてみて、聞きたいことや話したいことを自由にみんなでおしゃべりしましょう！

お話し：成清 一夫さん

<成清さんの活動歴>
☆みたち・みんなの広場 <http://minnanohiroba.web.fc2.com/>
☆おまんこドリア三鷹 <https://www.facebook.com/groups/698310064113655>
<https://www.youtube.com/watch?v=IT4FXVGLUa-E&t=43s>
☆その他 三鷹/新/のびのびの会、気功体験と太陽の会、しんなか・男のサロン など

日 時：10月28日（金）午後1時30分～
会 場：光源寺（調布市調布市西つつじヶ丘2-30-11）
参加費：無料
申 込：当日直接会場へお越しください。

主催：げんじ堂の会
協力：調布市社会福祉協議会 ☎042-481-7693
調布市地域包括支援センター 至誠しばさき ☎042-488-1300
調布市地域包括支援センター つつじヶ丘 ☎03-5315-5400
三鷹市社会福祉協議会（みたかプラザセンター） ☎0422-76-1271
三鷹市新川中原地域包括支援センター ☎0422-40-7204

昨年、げんじ堂の会を開催し好評でした！！

誰もが迎える最後について、自分のこと、大切な方のこと、普段話にくいことでも“**笑顔で支え合い、楽しく生きる**”のために語り合い、学び合うことのできる場を目指しています。

会場が光源寺となっており、**三鷹市と調布市の市境なので両市民の参加が可能です。**

調布市地域包括支援センター 至誠しばさき、つつじヶ丘、調布市社会福祉協議会、三鷹市地域包括支援センター、三鷹市社会福祉協議会の協力にて開催しています。

令和5年4月より毎月第2（金）13:30～開催予定になります。 皆様の参加をお待ちしています。

地域包括支援センター 至誠しばさき

新しい職員を紹介

令和5年11月から包括のメンバーになりました。予防プランナーの中島です。まだまだ勉強中の身ではありますが、皆様に寄り添えるプランナーであるように頑張りますのでよろしくお願いします。



介護予防ケアプランナー
なかじま みわ
中島 美和



担当エリア



- 西つつじヶ丘 1丁目 6～21, 40～58 2丁目 4, 28～30
- 深大寺東町 2丁目 7～9, 21～24, 3～4丁目
- 深大寺元町 2丁目 4
- 深大寺南町 1丁目 1～12, 14, 18～20, 21-1～7, 21-21～, 23, 24
2丁目 1～14, 3丁目 7～17, 5丁目 41～43
- 柴崎 全域
- 佐須町 1丁目 1～14, 2丁目, 3丁目 25～41, 4～5丁目
- 調布ヶ丘 3丁目 23～25, 28～40, 45～74
- 菊野台 1丁目 36-1～3, 37, 38-1, 39（国税寮 1～2号棟）, 40, 41, 45～56

地域の高齢者やご家族が安心して暮らせるよう様々な相談に対応して参ります。お困り事がございましたらお気軽にご相談ください！