

# ほっと通信

2022年

9月発行

発行：釧路市中部北地域包括支援センター

釧路市文苑4丁目65番2号ふみぞの東陽ビル TEL36-1233

第150号

## 令和4年度 第1回 介護支援専門員連絡会議を開催しました

令和4年7月13日（水）14時よりコアかがやきにて、令和4年度 第1回 介護支援専門員連絡会議を開催しました。昨年同様、感染対策をしっかりと行い、14名の参加で開催しました。社会福祉士、生活支援コーディネーター、認知症地域支援推進員（兼：地域支援コーディネーター）からの連絡から始まり、昨年同様、事例検討を実施しました。

事例は、金銭問題があり、担当の介護支援専門員と包括で役割分担を行い、対応したケースです。昨年5月に自宅玄関



前で転倒し変更申請を行い、居宅介護支援事業所にマネジメントが移行しました。それから約1年、在宅生活を可能な範囲で継続できるように支援してきましたが、新たな金銭問題が発覚し、支援が非常に難しくなり（本人は困っていない）、地域ケア個別会議を開催しました。保佐人・行政・民生委員・住宅賃貸会社・権利擁護・介護保険サービス事業所と連携をしながら対応し、最終的には施設入居で終結しました。参加された方に、概要説明後に、ケースの課題・対応など意見を頂きました。色々な意見や考え方を聞くことができ、関わった当事者としてはこういう方法もあったのかと、改めて自分自身の支援を振り返る機会となり、今後の支援に活かせるものでした。

このケースにおいては、地域ケア個別会議の開催により、多職種連携に繋がる事ができ、医療においても、つながり手帳の活用により、主治医からの助言も得る事ができました。支援困難ケースは事業所だけで解決する事は非常に難しく、介護支援専門員が一人で抱え込み、心身の負担が大きくなります。地域包括支援センターや関係機関との早めの連携がスピード解決に繋がる事もあります。地域包括支援センターが、その窓口としてしっかりと役割を果たしていきたいと思いました。

（主任介護支援専門員：佐々木）



## 認知症サポーター養成講座・スキルアップ講座参加者募集！

認知症は、2025年には700万人（日本）になると推定されています。これは高齢者の約5人に1人の計算になります。誰もが住み慣れたまちで最期まで安心して暮らしていくには、まちぐるみで認知症の人とその家族を支えていく必要があります。認知症の方や家族を理解し、地域で支える認知症サポーターの一人となるため認知症に対する正しい知識を勉強します。



	認知症サポーター養成講座	認知症スキルアップ講座
日時	10月13日（木） 14:00～15:45	10月20日（木） 14:00～15:00
場所	コアかがやき学習室AB（愛国 191 番地 5511）	
対象	スキルアップ講座も受講できる方	サポーター養成講座を過去に受講された方。スキルアップ講座は何度でも受講できます。
内容（講師）	認知症の基礎知識の講義、指定DVD	講義、畠山智彦氏 （グループホームふみその・小規模多機能ふみそのの所長、社会福祉士）
参加費	無料	
締切り	10月5日（木）	
問合せ	釧路市中部北地域包括支援センター（担当：盛） ☎ 36-1233	

## 認知症を予防しよう その1 度を超すと脳に良くないアルコール

お酒を大量に飲み続けると、脳が萎縮したり脳卒中を引き起こしたりして認知症を招きやすくします。ビタミンB<sub>1</sub>不足など、栄養が偏ると更に脳が萎縮し易くなります。

高齢になっての飲みすぎは、認知症だけでなく、酔って転んで頭を打ったり、心臓の発作や風呂での溺死などに繋がります。健康的な飲酒量は1日にビール500ミリリットル（日本酒では1合）程度ですが、高齢者はその半分とされます。

- 飲むときはつまみと共に
- お酒と同じ量の水も飲むように
- 毎日飲まない
- 薬といっしょに飲まない
- 睡眠薬代わりにしない
- 飲んですぐは入浴しない
- 朝から飲まない、お酒で時間をつぶさない

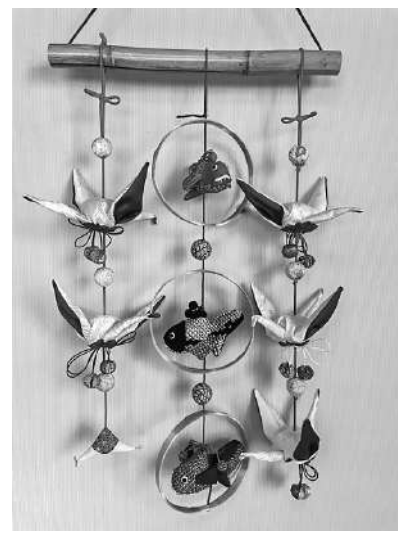
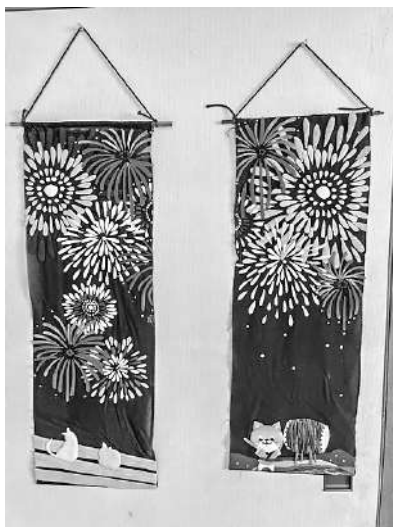


## 清風荘で行われているサークル「くるみ絵」を紹介致します！

くるみ絵とは、和紙や布で台紙をくるんで作る絵の事で、綿の代わりにスポンジを使用した立体的な手工芸です。平成 29 年に開始したサークルで、現在 5 名の方が登録し、いつも笑いが絶えないサークルです。中には鳥取方面から熱心に来られている会員もいます。

代表の田部さんがいつも心がけている事は、参加者とのコミュニケーションを大切にする事だそうです。ただ黙々と作業するのではなく、参加者同士会話をし、取り組む事で皆の心が和み、サークルに一体感が生まれる。そこで新たな発想が浮かび、良い作品が出来上がるきっかけにもなると話されていました。喫茶店や銭湯、まなぼつとなど、10 回以上も展示会を行った事があります。「いつでも見学が出来ますので、遊びに来て下さい！」と田部さんより話がありました。今後も笑顔あふれるサークル活動を応援しております！

- 会場 : 清風荘
- 曜日 : 第 1・3 火曜
- 時間 : 10 時～13 時頃
- 会費 : 材料費がかかります



### 地域の皆様へ、生活支援コーディネーターからのお願い

町内会や老人クラブの集まり、サロンやサークルなど、地域の方々の集いの場に参加させて頂きたいと思っております！「私の地区は、こんな事をしています！」「少人数だけど、集まる場があるよ！」などの情報がありましたら、ぜひご連絡を頂きたいと思っております！コロナ禍に負けず交流を図る取り組みを見て、地域に発信していきたいと考えておりますので、宜しくお願い致します！

(生活支援コーディネーター：美濃本)



## 釧路市公認「ご近所ボランティア講座」受講者募集のお知らせ

高齢者への理解を深め、釧路市住民等主体の通所サービス（通称おたっしゃサービス）や、施設でのボランティア活動について学びます。講座は全3講で、ボランティア活動の基本や、車いすの介助操作方法、コミュニケーション方法などの講話・実技と地域実習となります。講座修了後にボランティア登録された方には、活動先を紹介いたします。

釧路地区く 阿寒地区・音別地区は別日に開催予定です >

### 日程

	日にち	時間	会場	申込締切
第1回	①9月15日(木)	①②9:30~12:00 ③は実習先により異なります	①②まなぼと幣舞 学習室705・706 ③市内おたっしゃサービス等	9月6日(火)
	②9月22日(木)			
	③9月26日(月)~ 10月1日(土)のうち1日			
第2回	①10月19日(水)	①②13:30~16:00 ③は実習先により異なります	①②コア鳥取 学習室兼会議室 ③市内おたっしゃサービス等	10月11日(火)
	②10月26日(水)			
	③10月31日(月)~ 11月7日(月)のうち1日			
第3回	①11月15日(火)	①②9:30~12:00 ③は実習先により異なります	①②釧路市総合福祉センター 1階大ホール ③市内おたっしゃサービス等	11月7日(月)
	②11月22日(火)			
	③11月25日(金)~ 12月2日(金)のうち1日			

※新型コロナウイルスの感染状況により延期または中止となる場合があります。

対象：18歳以上の釧路市民で全3講受講し、講座修了後、

釧路市公認ボランティアとして活動していただける方。定員：各25名（先着順）

申込み先：釧路市社会福祉協議会 ボランティアセンター釧路（Tel 24-1648）

### こんな時は地域包括支援センターへご相談下さい。

- 介護保険について知りたい、介護の保険の申請がしたい。
- 介護が大変で仕事が手につかない。
- 近所のおばあちゃんが、最近ふとんをたくさん買わされているようだ。
- 近所のおじいちゃんがよく迷子になっているようだ。
- この頃、おばあちゃんの物忘れが増えて困っている。



### 相談はすべて無料です！！

地域包括支援センターは釧路市から委託されている公的な相談機関です。市役所に代わって身近な所で相談できます



### 地域包括支援センターはあなたの街の相談所です。

〒085-0063

釧路市文苑4丁目65番2号（ふみぞの東陽ビル1階）

開設日／月曜～金曜（祝日・市の年末年始の休日を除く）

開設時間／午前9:00～午後5:00 ☎ 0154-36-1233