

2025年

1月発刊

# ほっと通信

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178号

## 新年のご挨拶



皆様、新年明けましておめでとうございます。昨年は当センターの活動にご理解とご協力をいただき、ありがとうございました。職員一同、心よりお礼申し上げます。

お陰様で、当センターは平成22年に開設してからまる14年が経とうとしています。開設した当初は、中部北圏域の高齢化率は19.5%でしたが、令和6年9月の時点で、32.8%となっており、毎年約1%上昇しております。それに伴い、地域包括支援センターに寄せられる相談も多く、昨年は、毎月平均延700件余りの相談が寄せられました。地域包括支援センターには、介護や施設に関する情報が集約されています。地域住民の皆様には、是非、地域包括支援センターを活用していただければと思います。

今年は、巳年です。巳年は、『再生と誕生』を意味する干支で、巳が冬眠から目覚め、地上に這い出す事から名付けたとされます。縁起の良い干支になっています。

皆様にとって、今年が縁起の良い幸多い年となります様に職員一同願っております。

(センター長：後藤)

## R6年度 第1回地域ケア推進会議を開催しました

11月8日(金)コアかがやき学習室にて地域ケア推進会議を開催しました。地域ケア推進会議とは、地域包括支援センターにて年10回開催している地域ケア個別会議で抽出された地域の課題について町内会、民生委員、介護事業所等の方と検討する会議です。昨年度の10回の地域ケア個別会議の内6回の会議で認知症や精神疾患の事例について取り上げられていたため、今回は、孝仁会リハビリテーション病院 認知症疾患医療センター相談室の望月千恵氏、看護師の小笠原江利子氏を講師にお招きし、望月氏からは『認知症初期集中支援チーム』の対応状況について、小笠原氏からは実際の事例を元に講話をして頂きました。現在、5人に1人が認知症と言われています。地域の方々が認知症への理解がないと、認知症当事者は長年住み慣れた自宅で生活を送ることが出来なくなります。町内会や民生委員の方々だけではなく、地域に住んでいる人達にももっと認知症について理解をしてもらえる機会を作ることが出来ればと思います。



（社会福祉士：井口）

## 文苑福寿会に行ってきました

11月15日（金）11時から12時まで文苑福寿会を訪問し、高齢者施設について講話をさせて頂き、12名の方が参加されました。高齢者施設は入居条件、入居後の対応、入居料金が違い、その方にどのような施設が合っているのか等ご相談いただければと思います。講話終了後は、質問もたくさん頂き、興味を示して頂けたと思えました。参加者からは「今は元気だから考えていなかったが、いつどうなるか分からない。急に入りたいとしても（料金の）高いところしか入れない。」といった意見もありました。

地域包括支援センターは、高齢者が住み慣れた地域で安心して暮らすことができるよう介護サービスをはじめ、保健・福祉・医療・健康など、様々な相談に応じています。心配なことやお困りのことがありましたら、お気軽にご利用ください。

（主任介護支援専門員：佐々木）



## 令和6年度 第2回 介護支援専門員連絡会議を開催しました

令和6年11月14日（木）14時よりコアかがやきにて、ふわり居宅介護支援事業所の森美佐子管理者に研修の講師をお願いし、令和6年度 第2回 介護支援専門員連絡会議を開催しました。（釧路市中部北地域の介護支援専門員20名参加）

研修では『気づきの得られる事例検討会』の題目のもとスライドによる事例検討のルールの説明をしていただき、ふわり居宅介護支援事業所にて介護支援専門員がどのように管理者に相談しているのかを実演していただきました。難しい内容のケースであり、事例提供者が詳細を説明しながらホワイトボードに内容を記載し、参加者全員で質疑応答をしながら情報を「事実」と「想像・印象」に整理・分類しました。生活の視点・医療的視点の情報を見ながら行うことで、新たな課題が見つかり、「今はどのような状態が考えられるのか」「今後どのような事が予想されるのか」また、この事例の対象の方が、出来ている事の強みも発見する事ができました。

介護支援専門員連絡会議では、毎回このように介護支援専門員としての資質の向上を図り、自分達の日々の業務に活かせるよう企画しております。介護支援専門員の皆様、森様、ふわり居宅介護支援事業所の皆様、御多忙中にもかかわらず、ご協力ご参加いただき有難うございました。

（主任介護支援専門員：佐々木）



## 市の除雪事業（単身高齢者等除雪等事業）

降雪量がおおむね15cm以上あったとき、避難経路を確保するため、玄関から生活道路までの最小限の除雪（人や車いすが通れる幅のみ）を巡回して行います。

※駐車スペースなどは除雪範囲に含まれません。

※除雪人員に限りがあり、即日対応が難しい場合があります。

※集合住宅などにお住いの方は、

別の世帯と除雪経路が重複している等の理由により、本事業の対象外となる場合があります。



**対象者：**右記のいずれかに該当する市民税非課税世帯のうち、避難経路（玄関から生活道路までの最短経路）確保の除雪が自力では困難な身体状況の方のみで、かつ近隣の援助も受けることができない世帯の方。

**自己負担額：**1回あたり130円

**問い合わせ：**釧路市役所 介護高齢課 高齢福祉担当

☎0154-31-4539

- ① 高齢者のみ世帯
- ② 身体障害1級もしくは2級の手帳の交付を受けている方（聴覚障害を除く）のみの世帯
- ③ ①②に該当する方のみで構成される世帯



## 行政以外の除雪等の業者

	ワンオールワン	青遊舎T・K	(株)北海道環境プロジェクト
電話	68-5150	080-0800-7818	64-6007
時間	9:00～15:00	9:00～17:00	9:00～18:00
料金等	お見積り無料。事前見積り要。	料金 10,000 円(税込)～年間契約の方が優先となります。	お見積り無料。年間契約の方が優先となります。大雪の場合は、時間がかかる場合があります。

	リフテなんでも手伝い隊	島屋ゴマサーカス
電話	45-2205	22-7363
時間	10:00～15:00	9:00～18:00
料金等	料金 4,950 円(税込)～当日対応はできませんが事前お見積り(無料)にて応じます。	料金 3,300 円(税込)～事前登録要。身体障がいがある方、高齢者が対象。

	ベンリワン・ファミリー	ベストサポート
電話	0120-403-383	0120-851-051
時間	9:00～17:00	9:00～18:00
料金等	料金 1 時間以内 11,000 円(税込)。除雪機で行います。	料金 11,000 円(税込)～事前登録要。大雪の場合は、数日かかる場合があります。除雪機で行います。排雪は要相談。



## 地域で活動されている方 ご紹介！！



今回は、いつも精力的にたくさんの活動をされている工藤盛次さん（76歳）をご紹介致します。工藤さんは、就労されている奥様と協力し合いながら家事もこなし、夕方から夜までご自身も就労されています。

毎朝ジョギングし、シーズン中はパークゴルフを週2回、カラオケは週1回、ふまねっとなやモルックに月2回参加しています。就労時間の前には、親戚宅の飼い犬の散歩や餌やりを毎日しています。

これからチャレンジしようとしていることは、ご近所ボランティア講座を受講して、おたっしゃサービスや地域のボランティアに挑戦しようと思っているとのことです。

大きな手術を2回し病気を克服され、健康にはとても気を使っています。人と関わること、働くことが楽しいので、仕事は80歳まで頑張りたいと話されていました。

（地域支援コーディネーター：盛）



モルック



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（ふみその東陽ビル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