

# 包括だより

平成26年度



高齢者の身近な相談窓口

高輪地区高齢者相談センター  
(地域包括支援センター白金の森)

春号

～今年度も宜しくお願い致します。  
お気軽にご相談ください！～

この写真は職員が撮影した桜の写真です！

少しずつ暖かくなり過ごしやすい季節になってきましたね。

高輪地区高齢者相談センターは今年度も皆様のお役に立てるよう力を合わせて頑張ります！！まだ私たちのセンターをご存じない方もいらっしゃると思いますので今回は、私たちの職場の顔である所長とふれあい相談員にインタビューしてみました！



## 所長より挨拶



今年、4度目の春となりました。

ここまで地域の皆様、関係機関の方々に、教えられ、応援していただきやってこれたものと感謝の気持ちでいっぱいです。

“高齢者の方々の身近な相談窓口”と銘打ってやっておりますが、日々感じますのは、人生の大先輩方から学ぶことがたくさんあって、貴重な勉強をさせていただいている、ということ。

これからもセンター職員が力を合わせて仕事してまいります。

どうぞよろしくお願い致します。(清水)

## ふれあい相談員より

4月から入職しました！！

地域の皆様との関わりを大切にしたいと思っています。また、使命である安心・安全のための見守りにも尽力してまいります。お見かけしましたら是非お声かけ下さい！！(八木)



高輪地区ふれあい相談員です。左から八木・立白・松田です。平成23年の6月から開設してまもなく4年目になります。

今年度も、高齢者相談センターや民生委員さんと連携をとりながら、積極的に地域に出向いていきたいと思っています。今年度からは待望の3人目も入りました。今まで以上に頑張りますので、皆様これからもどうぞよろしくお願い致します。(松田)

# 事業活動報告

## さくら祭り

4/5 に行われた高松さくらまつりに参加し、血管年齢測定と高輪地区高齢者相談センター・ふれあい相談室のご紹介をさせていただきました。当日は、午前中に突然雨が降るといふアクシデントもありましたが、桜も満開で暖かく大勢の方が来られていました。実際に血管年齢を行った方からは、実際の年齢より若い判定が出て喜ばれている方、その一方で、年齢が上がってしまい驚かされている方など多くの反応がみられ、和気あいあいとした雰囲気でご過ごすことができました。



## 相談センターをご活用下さい！！

港区の委託で地域ごとに設置されている高齢者やご家族の総合的な相談窓口であり白金台、白金、高輪、三田4、5丁目を担当地域としています。窓口は平日・土曜日は9時～19時半、日曜・祝日は9時～17時までっております。電話や来所のほか、訪問もさせていただいております。



## ・・・介護家族会・・・

介護家族のつどいの時間が変更になりました。

4月から毎月第3木曜日 14時から白金の森相談室で開催となります。

今回は5月20日です。

支會（ささえのかい）ボランティアのメンバーとともに、介護者の皆様の日頃の疲れや悩みなどを傾聴し、少しでも気持ちが楽になるようにお話ししましょう。

どうぞお気軽にご参加ください。

お茶を入れて お待ちしております♪

## ホームページ ご覧ください！

運営法人「奉優会」のホームページ内、高齢者相談センターのページにて、日々さまざまな情報を更新しています。今後も内容の充実をはかり、地域住民の皆様やケアマネジャーの皆さん等の役に立つ情報提供を提供できるよう取り組んで参ります。ぜひ、一度アクセスしてみてください！！

「奉優会（ほうゆうかい）」で検索！  
→地域包括支援センター→白金の森  
<http://www.foryou.or.jp/>

## 今後の活動予定

- 4月25日 介護予防教室 「自分でできる簡単足もみを身につけよう！」  
→御礼満員！たくさんのご応募ありがとうございました。
- 5月1日 血管年齢測定 午前：白金の森 午後：高輪区民センターにて  
→ご希望の方は当センターまでご連絡ください。
- 5月28日 「元気な人も介護に備えよう」在宅生活を支えるサービスの活用術  
白金台いきいきプラザにて  
40歳以上の区民 ★5/11より募集！
- 6月4日 血管年齢測定 計画中！ →ご希望の方は当センターまでご連絡ください。
- 6月27日 ケアマネジャー向け研修（5センター共催）  
13:30～ヒューマンプラザにて
- 7月14日 介護予防教室 「おいしく食べるために」  
午後：白金台いきいきプラザにて
- 7月28日 「元気な人も介護に備えよう」  
同じ内容で高輪いきいきプラザにて

今後、新しく講座を企画する予定ですので詳細が決まり次第、ホームページ等でお伝えさせていただきます。要チェック！