

# 包括だより

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)



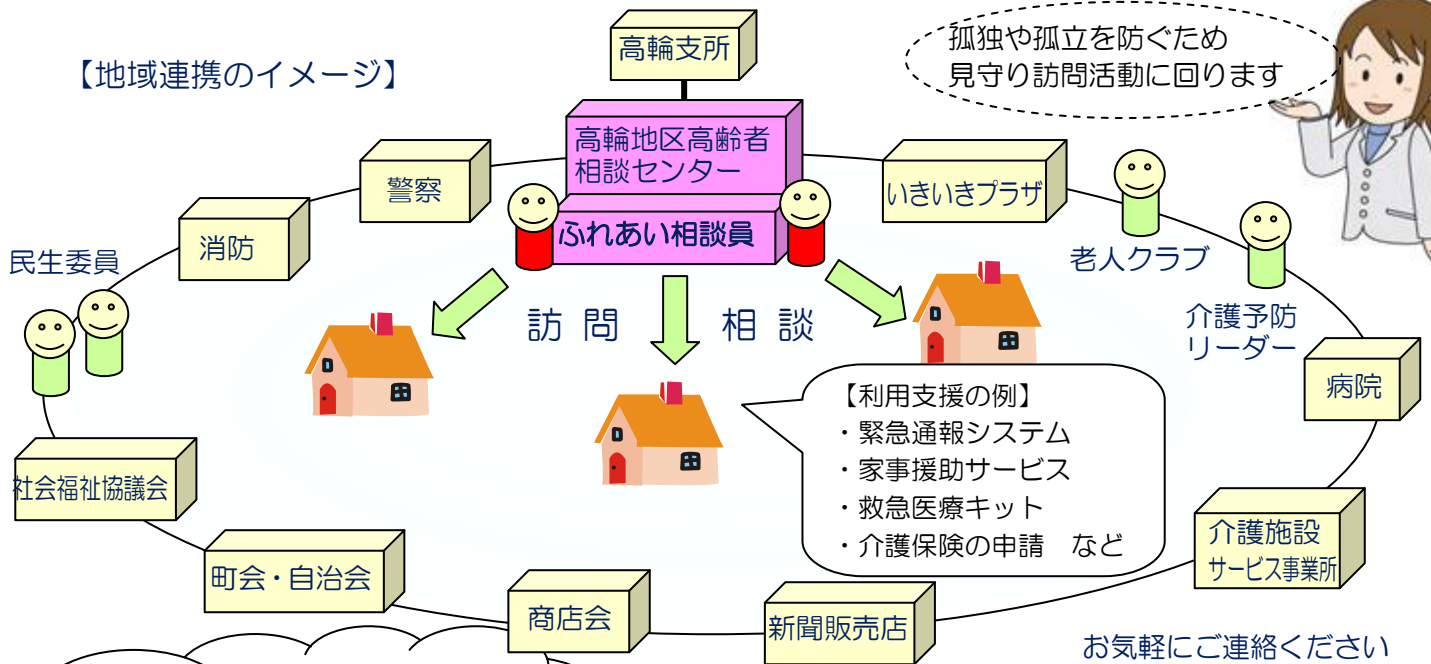
高輪地区高齢者相談センター（地域包括支援センター白金の森）内に

## ふれあい相談員 が配置されました！！

### ふれあい相談員って？

高齢者相談センターでは、ご高齢の方やその家族等より日々様々なご相談をお受けしています。今年6月からは、新たに港区委託の「ふれあい相談員」がセンター内に配置され、センターからより積極的に地域に出向いて行く体制となりました。医療や保健福祉サービスの利用のないお一人住まい高齢者等を中心に訪問活動し、情報提供や必要な制度の利用をご案内します。また民生委員や地域の関係機関と見守りネットワークづくりを進めていきます。

【地域連携のイメージ】



民生委員

消防

警察

高輪支所

高輪地区高齢者  
相談センター

訪問

相談

いきいきプラザ

老人クラブ

介護予防  
リーダー

病院

社会福祉協議会

町会・自治会

商店会

新聞販売店

介護施設  
サービス事業所

【利用支援の例】  
・緊急通報システム  
・家事援助サービス  
・救急医療キット  
・介護保険の申請 など

お気軽にご連絡ください

☎ 5447-1340 (築田・松田)

窓口時間：平日9時～17時

時間外のお急ぎの連絡は、  
高輪地区高齢者相談センター-3449-9669へ

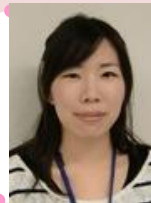
つくだ まつだ



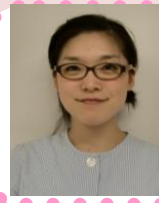
- 体調不良や災害などいざという時が心配
- 港区の制度やサービスを知っておきたい
- 健康づくりや介護予防をしたい
- 認知症を予防したい

- ご近所にちょっと心配な方がいる
- 相談に行くようには言えないので 見に行ってもらいたい
- お節介は出来ないが 見過ごせない

New Face



松田 綾子  
(社会福祉士)  
ふれあい相談室



横本 理恵  
(保健師)  
高齢者相談  
センター

6月からメンバーが増えました！宜しくお願いします

# 事業活動報告

## 明治学院の学生の皆様と交流しました！

明治学院大学との交流を持ちたいと働きかけ、5/31 社会福祉学科の『フィールドワーク』の授業の一環として白金の森・白金台いきいきプラザの見学会を行いました。港区の福祉施策にも縁の深い河合克義先生の引率で、学生さん 18 名とチャレンジコミュニティクラブ世話人の方々にお越し頂きました。両館の見学終了後、事業の説明と意見交換を行いました。学生の方からはとても活発に質問があり、特に高齢者虐待への取り組みや総合相談でいかにニーズを引き出すか等、具体的な支援活動への関心の高さが伺えました。家族や近隣との繋がりや、ちょっとした見守り・支援が孤独・孤立を防ぐこと、制度やサービスだけでは暮らしは支えられないことを話し合い、これから福祉を担う学生さんやチャレンジコミュニティクラブOBなど住民パワーと協力体制を創っていくことの大切さを確認しました。

(文責：築田)



## ちょっと一息

皆様、熱中症は大丈夫でしょうか？気温が上昇するこの時期は、思っている以上に症状が早く進行し、気づけば脱水になってしまいます。室内でもこまめに水分を補給し、就寝時も涼しくすることが大切です。最近私は、スイカにはまっています。熱中症に注意して楽しい夏を過ごしましょう。(編集係 杉山)

## 介護予防「おたっしゃ21」を行いました

7月15日(金)いきいきプラザにて介護予防健診『おたっしゃ21』を行いました。

『おたっしゃ21』とは簡単な質問と体力テストで老化のサインを早めに発見するための健診です。当日は、港区在住の65歳以上の方々20名がご参加いただきました。

ミニ講義では老年症候群としてのサインの発見や対処方法や予防策の講話がありました。

『おたっしゃ21』は自治会単位で、開催することが可能ですので、お気軽に高齢者相談センターへ御相談下さい。

(文責：鶴田)



## 今後の活動予定

### ●介護予防教室

7月22日(金) 場所：白金台いきいきプラザ  
『健康づくりはあなたが主役』  
～継続してできる体操のコツと熱中症予防について～

### ●高輪地区ケアマネジャーサロン

7月29日(金) 場所：白金の森

### ●認知症サポーター講座

7月19日・23日

対象：いきいきプラザ職員

### ●介護者教室

9月21日(水) 場所：白金台いきいきプラザ  
『笑いと楽力を身につけよう』  
～笑って楽しく過ごすコツを学ぶ～

### ●介護予防教室

10月26日(水) 場所：白金台いきいきプラザ  
『おいしく食べるために』(予定)  
場所：白金台いきいきプラザ

\*詳細は高輪地区相談センターにお問い合わせ下さい