

# 小さな気づきが住みよい地域の第1歩

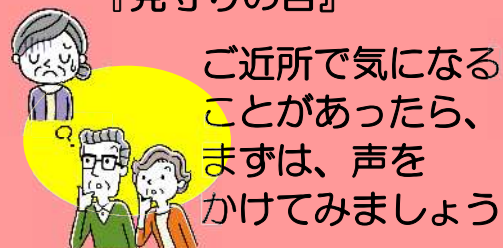
～高齢者虐待を防ぐために～

高齢者への虐待を防止するためには、周りの人からの気軽な声掛けや、ちょっとした変化への気づきにより、地域で暮らす高齢者や支援している家族の尊厳が守られ、悲しい事態を避けられる可能性があります。地域全体で高齢者と支援している家族をやさしく見守り、地域から孤立しないようにしましょう。当事者が周囲に自身の置かれている状況を早期に相談できる環境づくりが大切です。

『虐待が起きない』地域づくりに必要なのは・・・

## 『見守りの目』

## 『日常的な声掛け』



ご近所で気になることがあったら、まずは、声をかけてみましょう



日頃から地域で挨拶を交わしましょう

## 『支援している家族や

## 高齢者の変化に気づくポイント』

- 外で見かけても表情が暗い。
- 挨拶しても返事がない。イライラしているように見える。
- 最近外で見かけることが少なくなった。
- 衣類の匂いや汚れが目立つようになった。
- 新聞やチラシがポストに溜まっている。

## ポイント

《地域づくりのポイント①》  
普段の生活を知ることによってちょっとした変化にも気が付けるようになります。

《地域づくりのポイント②》  
誰もが高齢者を支え、自身も支えられる側になる可能性もあるため、日頃からお互いに声をかけ合しましょう。

《地域づくりのポイント③》  
住みやすい地域社会を築き、穏やかに生活するために、地域に住む皆さんが高齢者の権利を守ることを考えて行くことが大切です。

皆さんの小さな気づきが、地域の困っている高齢者や支援している家族を助ける一歩に繋がります！！

『小さな気づきの相談・連絡先』  
包括たかおか 57-7740  
市役所高齢福祉課 21-3025

## 包括たかおかのメンバーです



杉渕 有田 板垣 村上 小川 齊藤 松野 内木 熊谷 小林



## ○新職員紹介○

令和4年1月1日付で配属になりました熊谷和樹です。社会福祉士です。

一生懸命頑張りますので宜しくお願い致します。

鶴野町から見る海 1月12日撮影

## 高齢者あんしん相談窓口

## 函館市地域包括支援センターたかおか

# たかおか通信



第12号 令和4年2月発行 函館市地域包括支援センターたかおか 発行責任者 松野 陽



施設長 松野 陽

この度の年末年始は、新型コロナウイルスの感染状況が一時落ち着いていたことから、およそ3年ぶりに妻の実家に帰省しました。とても雪深い地域で、外はマイナス20度にもなり、庭先では冬毛の真っ白な野うさぎが穴を掘って骨休め、アカゲラやカラ類などの野鳥が飛び交い、暖かな家の居間から逆光にきらきら輝くダイヤモンドダストを眺めました。

今回の帰省では、登山やカメラが趣味でアクティブだった義父が、仲間との活動が出来なくなり、意欲も低下し、ほとんどの時間を家で過ごし、一回り小さくなっていました。新型コロナウイルスの影響を身近に感じ、活動することの意義を改めて実感することとなりました。感染症は第6波が到来し予断を許さない状況です。どうぞご自愛ください。

さて、令和4年度は函館市地域包括支援センターの機能が強化され、これまでの高齢者支援に加え、「生活困窮者自立支援制度」の担い手として様々な世代の方の支援を行う事となります。現在、人員配置や増築等の準備を進めています。新たな事業展開に向け心機一転、新体制で頑張ります。今後ともご協力のほどよろしくお願い申し上げます。

## 高齢者あんしん相談窓口

## 函館市地域包括支援センターたかおか

URL:<https://houkatsu.koseiin.or.jp/>

【所在地】

〒042-0955

函館市高丘町3番1号(サテライト百楽園内)



【電話番号】 0138-57-7740 【営業時間】 8:45～17:30

【FAX】 0138-57-7746 月曜日～土曜日(日曜日は定休)

※休日・夜間は携帯電話に転送しており、お急ぎの場合などご相談をお受け致します。

☆介護保険の要介護認定の申請代行も行っています。市役所窓口まで行かなくても、私たち地域包括支援センターの職員がご自宅に伺い、申請を代行する事も出来ます。

★出前講座も無料で行ってまいります。お気軽にご相談下さい。

## 地域包括支援センターたかおかの担当地域です(東央部第2圏域)

戸倉町・榎本町・上野町・高丘町・滝沢町・見晴町・鈴蘭丘町・上湯川町・銅山町・旭岡町  
西旭岡町1丁目・西旭岡町2丁目・西旭岡町3丁目・鱒川町・寅沢町・三森町・紅葉山町  
庵原町・亀尾町・米原町・東畑町・鉄山町・蛾眉野町・根崎町・高松町・志海苔町・瀬戸川町  
赤坂町・銭亀町・中野町・新湊町・石倉町・古川町・豊原町・石崎町・鶴野町・白石町  
東央部地区高齢人口(65歳以上人口)・・・9774人 高齢化率・・・42.5%(令和3年11月現在)

# 「令和3年度地域ケア会議」の報告

## 「地域ケア会議」とは

住み慣れた地域で自分らしい生活を末永く送ることができるよう、地域の人を集め、支援の必要な方を支え合う町づくりを目指す「地域包括ケアシステム」の構築が全国の自治体で進められています。

「地域ケア会議」は、個人の支援方法を検討するとともに、そこから地域に共通した課題を発見し、その解決方法や地域づくりを考える会であり、「地域包括ケアシステム」の実現に向けた手法です。

令和3年度地域ケア会議  
 テーマ『いくつになっても住み続けられる地域づくりを目指して』

講義のほか、参加者で意見交換を行いました。町会関係者・在宅福祉委員・民生委員・ケアマネジャー・福祉関係者・行政職員など、たくさんの方とともに、地域において行われている様々な取り組みをお聞きしました。

- 第1回～ 令和3年7月24日（土） ●第2回～ 令和3年7月31日（土）
- 第3回～ 令和3年11月27日（土） ※いずれも会場は函館大学



講義では、社会参加の促進による「介護予防」の体制づくりと、助け合い支え合う「生活支援」の重要性を共有しました。

地域における交流の場や助け合い活動などをまとめた『活動ガイド』について、説明と、内容充実のためのグループワークを行いました。



意見交換を通じ、コロナ禍においても住人同士の交流機会を再開するために、また、見守りや助け合いのために努力や工夫をしていることがわかりました。そして、地域が抱える様々な課題も共有しました。

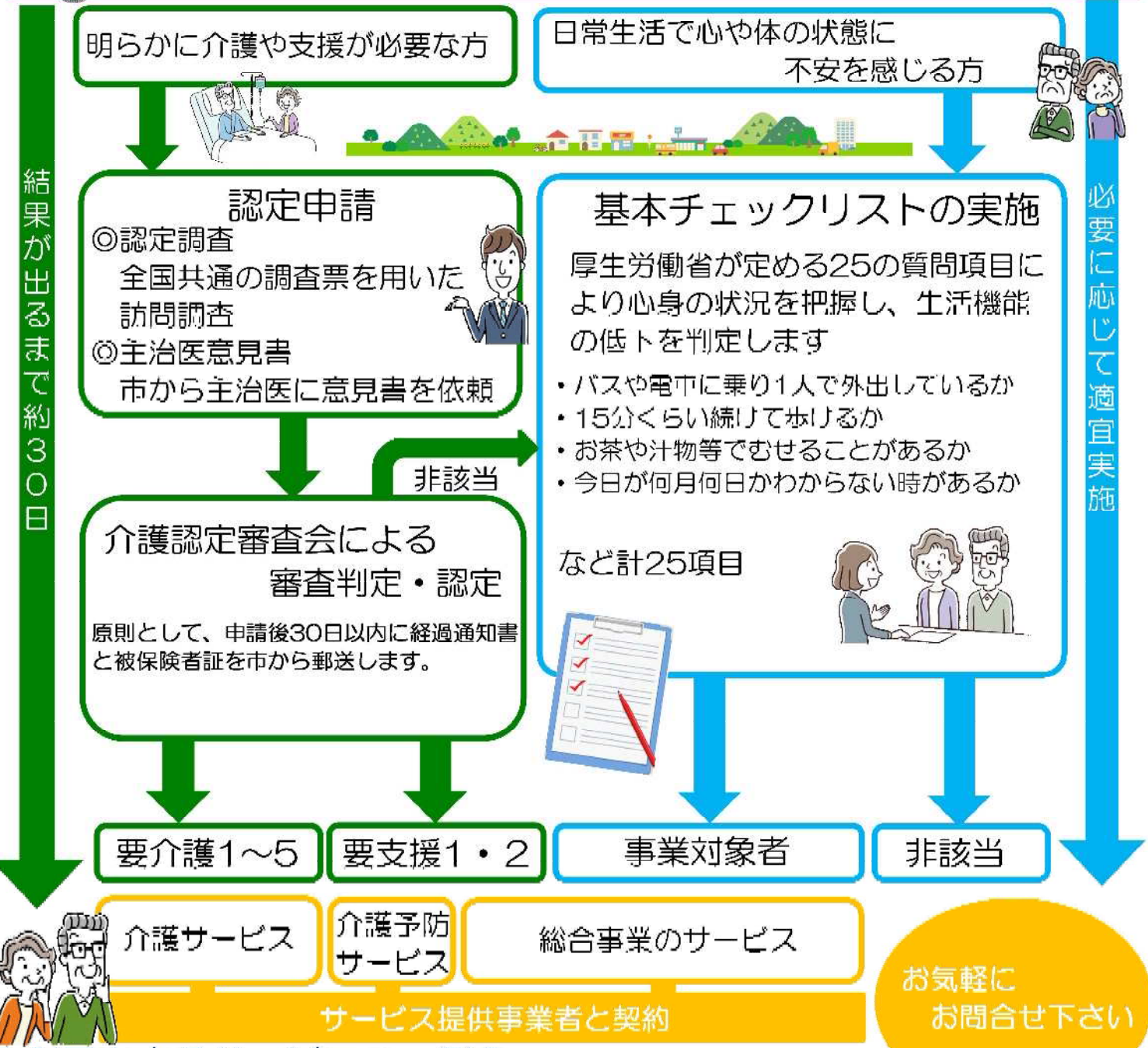
「地域ケア会議」に参加される方一人一人が、地域づくりの一端を担っています。今後も「地域ケア会議」を実施しますので、多くの方のご参加をお待ちしております。



# 介護保険サービスを利用するには

介護保険サービスを利用する前に、どのくらいの介護が必要であるか認定を受けることが必要です。ここでは申請の流れについて説明します。

地域包括支援センターや居宅介護支援事業所 または 市の窓口



## ●利用出来るサービスの一例●

～事業対象者の方が利用できるサービスについて～

- ◎買い物や掃除が大変になってきた。 訪問型サービスを利用し家事援助や身体介護を受けることができます。
- ◎家のお風呂に一人で入るのは不安だ。

～要介護認定・要支援認定の方が利用できるサービスについて～

- ◎玄関の段差のとり下りが大変だ。 介護保険における住宅改修や福祉用具の購入や貸与を利用し住環境整備を行います。
- ◎ベッドからの起き上がりが大変になった。

その他、利用できる介護サービスについてもお気軽にご相談下さい。