

ま め だ す か

令和5年度

職員体制

～上段(左から)～

みつもり ひろかず

三森 宏一 【社会福祉士】

よねや みつる

米谷 充 【所長・主任介護支援専門員】

さいとう

斉藤かおる 【生活支援コーディネーター】

～下段(左から)～

ささき えりか

佐々木絵里香 【保健師】

くさなぎ

草薨 真美 【保健師・認知症地域支援推進員】

かまだ かなこ

鎌田 加奈子 【社会福祉士】 ✦ 新任職員 ✦

たくち みづき

上記に田口 美月【事務員】を加えた7名で頑張っています!! よろしくお願いたします ♪



今年度の主な取り組み

- ★地域ケア会議（地域課題） ～ 昨年度同様『**アパート、マンションなどの集合住宅**』に住む高齢者の介護予防、緊急時の対応、権利擁護を含む**医療介護問題の課題共有と対応の検討**』をテーマに、職員一丸となって取り組みます!!
- ★地域ケアネットワーク会議 ～ 地域の医師、歯科医師、薬剤師、リハビリ職、ケアマネ、サービス事業所などの専門職とともに、『**医療・介護の連携、自立支援型のケアマネジメント**』を検討します!!
- ★東圏域ケアマネ等合同研修会～ 包括職員と地域のケアマネージャーの**スキルアップ**を目指します!!
- ★アタマとカラダの健康教室 ～ **認知症予防**を目指して頭と体の運動『**コグニサイズ**』を行います!!（6月頃「広報あきた」に募集を掲載予定）

「まめだすか」は、地域連携・ネットワークづくりの一環として、東I圏域にかかわる保健・医療・福祉関係者等にお届けしています。

昨年度の取り組み ～ 高齢者ドライバー体験講習会

「高齢者ドライバーが加害者・被害者にならないために」をテーマに、秋田東警察署と連携し「東地区ドライバー体験講習会」を開催しました。



○体験できる内容

- ・運転シミュレーター
- ・反射材効果の確認
- ・反射神経測定
- ・飲酒ゴーグル体験

今年度も開催します★
興味のある方はぜひ
お問い合わせください!!

～東通地域包括支援センターひだまりへ～

シニア向け
体験型
ドライバー講習会のご案内

【高齢者ドライバーが加害者にも被害者にもならないため】の取り組みのひとつとして、安全運転をテーマにした講習会を企画しました。秋田東警察署にご協力を頂き、南内第一の運転シミュレーターを活用して行います。この機会に、各様の町内会等での開催をぜひご検討ください。

◆体験の内容◆

運転シミュレーター
他、反射材効果・反射神経測定・飲酒ゴーグル体験

東通包括が作成した「フリーフレット『免許返せばなんとなる?』」の配布・ご紹介もさせていただきます。
安全運転のポイントや、免許返納後の生活を具体的にイメージできる、お役立ち情報が満載です。

◆人数◆ 10～15名様程度 ◆費用◆ 無料
※10名未満の場合もご相談ください。

◆日程◆ 平日10時～15時の時間帯で90分程度

◆申込方法◆ 開催希望日の1～2ヶ月前までに東通包括へお電話でご相談ください。
▼ご連絡先▼
東通地域包括支援センターひだまり
TEL 018-884-1405

消費者被害にご用心!!!

悪質商法による高齢者の被害が増加しています。

⚠ 悪質商法には様々な手口があります。

★定期購入

健康食品お試しという広告を見て購入したら定期購入になっていた。

★送り付け商法

注文した覚えのない商品が届いた。

★訪問購入

「不用品を買い取ります」と業者が訪ねてきて、売るつもりがなかった貴金属を強引に買い取られてしまった。など

不安を感じたらご相談ください…!!

フレイルを予防するために…

★「フレイル」ってなあに？

フレイルは、年齢を重ねたことで身体や心の働きや社会との繋がりが弱くなった状態のことです。

★こんな方は要注意!! フレイルチェック

- 最近体重が減ってきた
- 筋力（握力）が低下してきた
- 歩くのが遅くなってきた
- 身体を動かすことが減った
- 疲れやすい

★フレイル予防の健康教室を企画中😊

東通包括では今年度フレイル予防講座の開催を企画中です。

参加してみたい方、興味のある方はぜひ東通包括までお問い合わせください…!!

東通地域包括支援センターひだまり(担当地域:東通、手形、手形山、千秋久保田町)

〒010-8506 秋田市東通仲町4-1(秋田拠点センターAL☆VE 5階)ひだまりサービスセンター内

◆TEL: 884-1405 ◇FAX: 884-3456 ◆メール: hidamari-alve@bird.ocn.ne.jp

◇法人ホームページ: <http://www.kouwakai-akita.org/>