

京田辺市地域包括支援センター

あんあん だより

R 1.7 発行

こんにちは！京田辺市地域包括支援センターあんあんです。

暑い日が続いているですが、日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくりを心がけ、夏を元気に乗り越えましょう。



活動紹介

- ◆ オレンジリングのつどい交流会、リンクワーカー相談
- 耳より話
- ◆ 熱中症に注意しましょう！

9

京田辺市地域包括支援センターあんあんは、高齢者のみなさんがいつまでも住み慣れた地域で安心して暮らしていけるよう、介護・福祉・健康・医療など、様々な面から支えるための市の機関です。

保健師、社会福祉士、主任ケアマネジャー等が連携し、相談に対応します。こんなときには、「あんあん」にご相談ください。



- ・要介護にならないように予防したい
- ・介護、医療、福祉のサービスを利用したい
- ・認知症について知りたい
- ・成年後見制度について知りたい
- ・近所の高齢者が気になる

※あんあんの連絡先・所在地は裏面をご覧ください。

あんあんという愛称には「あんぜんあんしん」「あ～んまですべて」という意味が込められています

5月から三野地区で「居場所」が始まりました♪♪♪

三野地区では毎週水曜日に元気いきいき体操をしています。体操後は、わなげなどのレクリエーションをしたり、お話をしたりと和やかな雰囲気で行っています。

日時：毎週水曜日 13:30～

場所：三野公民館

※「居場所」は、各地域のマンパワーによって運営されています。高齢介護課では、立ち上げから継続して支援を行っています。



活動報告では、地域包括支援センターが行っている様々な事業について紹介していきたいと思います。

活動報告①オレンジリングのつどい交流会

6月7日（金）、老人福祉センター宝生苑にて、これまでオレンジリングのつどいに参加いただいた方の交流会を行いました。オレンジリングのつどいは、「認知症になっても安心して暮らせるまち」について、立場や職種を超えてみなさんと一緒に考えていくつどいです。今回は、「自分の楽しめていること=生きがい」を続けていくために、支えとなっているものについて話し合いました。



参加者からは、楽しめていることを続けていくには、「健康が大事だよね」「友人や地域の支えがあるから続けられるよね」等の意見がありました。

「楽しめることを続けたい」

それは、認知症でもそうでなくとも一緒にどうか。これからも、みなさまと一緒に、認知症になっても安心して暮らせるまちづくりについて考えていきたいと思います。

★★今後の予定★★

令和元年10月頃に「第4回オレンジリングのつどい」を開催予定です。
広報で案内します。皆様のご参加をお待ちしています。



活動報告②リンクワーカー相談

リンクワーカー相談とは、認知症と診断された方とそのご家族が対象で、研修を受けた認知症リンクワーカーが話を聞きし、今後の生活について寄り添いながら一緒に考えます。



認知症と診断されていても大丈夫です。
認知症かもしれない不安な方や、病院にいきなり行きたくない方の相談も受け付けています。本人のみ、家族のみの相談でもOKなので、気軽に相談の申し込み

相談方法：予約制

日時：毎月第3水曜日①午前10時～10時50分

②午前11時～11時50分

場所：介護老人保健施設やすらぎ苑3階家族相談室

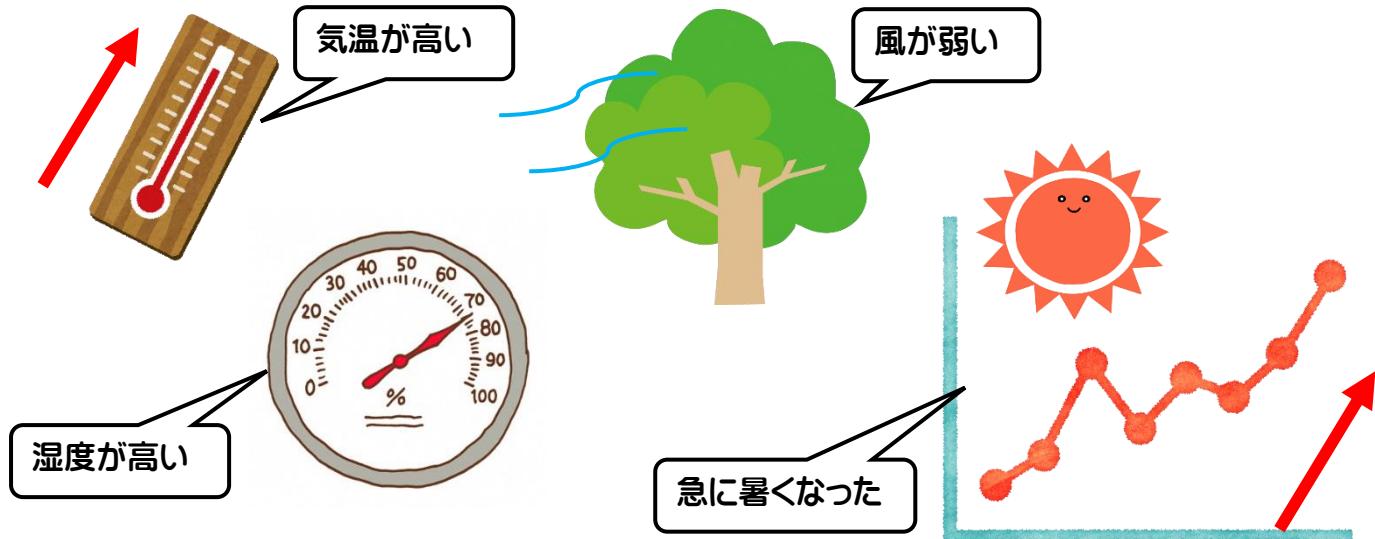
お問い合わせ・申込先：地域包括支援センターあんあん市役所（0774-63-1268）まで

熱中症に注意しましょう！

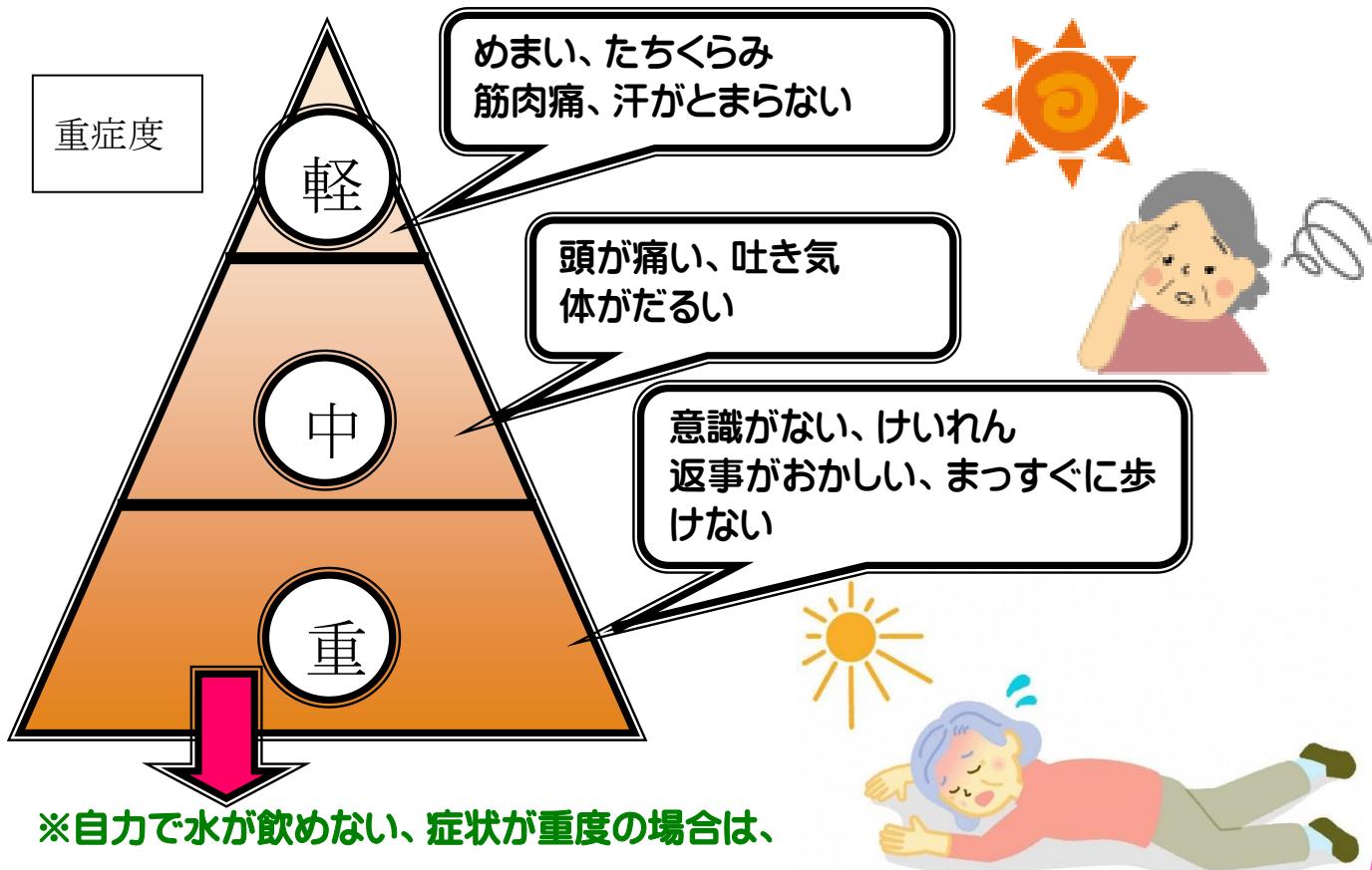
特に高齢者は体温を下げる反応が弱くなっています。自覚がないのに熱中症になる危険があります。

京田辺市では、高齢者の熱中症の約4割が屋内で発生しています。

◆こんな日は熱中症に注意！！

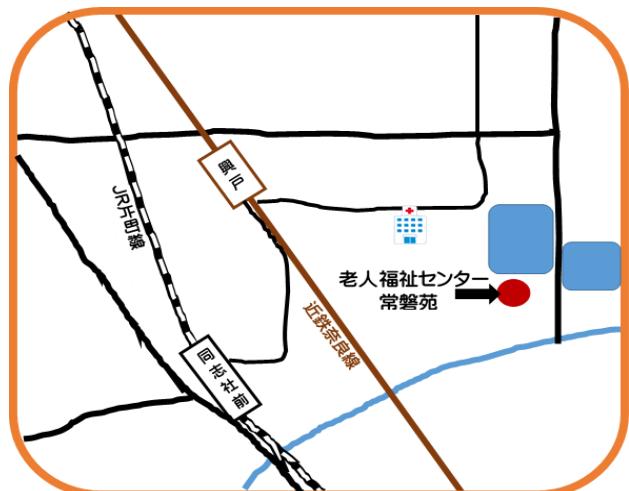
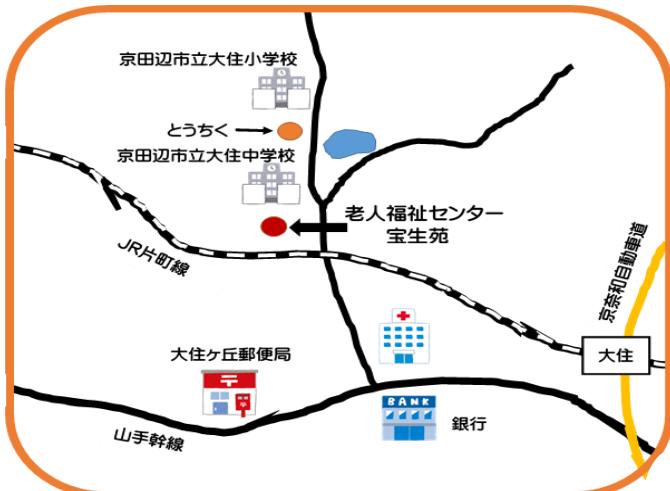


◆こんな症状があつたら、熱中症を疑いましょう！！

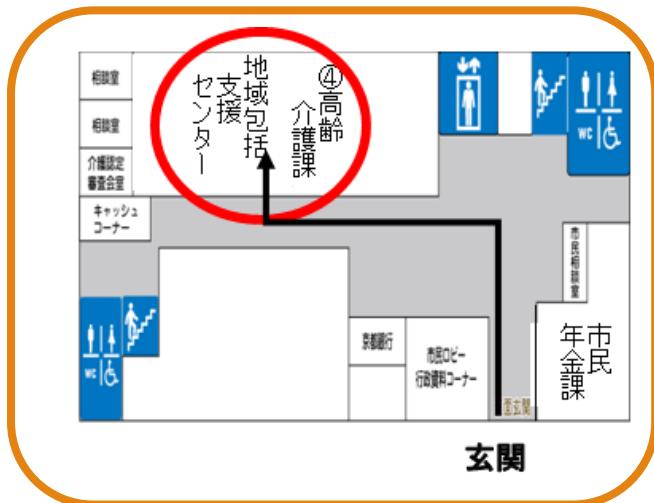


あんあん宝生苑

あんあん常磐苑



あんあん市役所



あんあんへのご相談・お問い合わせはこちらへ

地域包括支援センター	住所・電話	担当地域
あんあん市役所	京田辺市田辺 80 TEL 63-1268	田辺、一休ヶ丘、薪、新田辺西住宅 新田辺東住宅、河原、興戸
あんあん常磐苑	草内五ノ坪 6 TEL 68-1310	草内、新興戸、飯岡、東、府営住宅、山本、高木、二 又、南山東、南山西、山崎、出垣内、江津、 宮ノ口、同志社、同志社山手、多々羅、普賢寺、 水取、天王、打田、高船
あんあん宝生苑	大住内山 7 TEL 68-0705	松井、西八、東林、岡村、三野、花住坂、松井ヶ丘、 山手東、山手中央、山手南、山手西、大住ヶ丘、 健康村、健康ヶ丘、大住飛地

開所時間：8：30～17：15

休業日：土、日、祝日、年末年始

相談は無料です。

お気軽にご相談ください。