

## 地域への活動風景

ひらかた元気くらわんか体操体験出前講座



4月21日円通寺いきいきサロンのボランティアの方を対象に、「ひらかた元気くらわんか体操」体験出前講座をさせていただきました。「ひらかた元気くらわんか体操」は、生活の中で続けることができるよう作成されたものです。

いつもの地域の集まりに、この体操を取り入れてみませんか？

どんな体操なのかな？どんな効果があるのかな？と興味をもたれたら無料で体験出前講座を開催させていただきます。

体験出前講座後、継続希望のグループには、計3回のスタート支援もごさいます。

お気軽に、お問い合わせください。お待ちしております。



## 見守り110番活動

高齢者が関わりそうな店舗に協力をお願いしている見守り110番ですが、4月1日現在枚方市内878店舗にご協力を頂き、昨年の通報総数は64件でした。協力店舗数、通報件数共に年々増加し、地域の見守りが少しずつ進んでいます。

見守り110番活動

## 地域の事業所紹介

### (株式会社笑らび) 訪問介護ステーションわらび



山田池東町1番1号にて訪問介護ステーションわらびを開業させていただきましたので謹んでご挨拶申し上げます。ご自宅に伺わせていただいていた家事援助や身体介護を行わせていただく訪問介護事業所となります。

私どもの会社の理念は「笑いの日々をつくりましょう。」でありご利用者様、ご家族様と一緒に笑顔をつくっていききたい、というものです。会社名の笑らびという名前は笑いの日々を略した言葉であり、笑らびを柔らかく表現し訪問介護ステーションわらびになりました。

地域貢献を意識しての会社理念としており、訪問介護事業の他、月1回程度ではありますが子ども食堂を実施しており、地域の皆様のかかわりを意識させていただいております。

誠心誠意、介護社会や地域社会に貢献できるように頑張りたいと思っております。ご指導とご鞭撻のほどどうかよろしくお願い致します。

株式会社笑らび 訪問介護ステーションわらび  
TEL 072-395-5515 FAX 072-395-5516

ご利用に関するご相談、ご質問等ありましたらお気軽にお問い合わせくださいませ



# 包括大潤会だより

VOL.69

令和3年夏  
医療法人 大潤会  
枚方市地域包括支援センター大潤会  
枚方市長尾谷町3-6-20  
072-857-0330  
発行日：令和3年7月1日  
発行責任者 管理者



今年は梅雨入りが例年より早く、また温暖化で真夏日もあつたりで体調を崩す方も多いと思いますが、皆様、お元気でお過ごしでしょうか。

室温はそれほど高くなくても、湿度が高いと上手に汗が出せず、熱がこもり熱中症になる場合もあります。襟や袖口が広く綿や麻など涼しい素材の服を選んだり、こまめに水分を取り、エアコンも上手に使用して、夏を乗り切れるよう環境にも気を付けてみてくださいね。



## 各担当からの報告

### 社会福祉士

大阪府内で新築はH18年、既築はH23年以降に居住用建築物へ火災報知機を設置することが義務化されました。

数の多い既築への設置義務化から今年で10年を迎え、多くの報知器は内蔵電池が無くなる時期であることから取替え時期を迎えます。

取替えは設置時に相談、購入されたお店等にご相談いただくことがお勧めです。

この取替え時期に合わせて訪問による不当な価格や粗悪品の販売などの悪徳商法が増える可能性もあり、訪問での火災報知器や消火器などの防災商品の販売には十分にご注意ください。

報知器に関するご相談は大阪消防設備協同組合(06-6325-0660)や包括にも案内を設置していますので、お問い合わせください。

### 保健師等

コロナ禍で緊急事態宣言延長となり、例年の予防プラン研修は秋頃になりそうです。また日時が決まり次第お伝えします。

### 主任ケアマネ

4月5日にZoomを利用して事業所連絡会を開催しました。内容は3ページ目に記載しています。事例のような方を担当されているケアマネさんや、ご近所で気になる方がおられましたら、包括支援センター大潤会にご相談ください。

### 今後の予定

※ 新型コロナウイルスの影響で開催順延の可能性がります。

- 【7月】10日、11日 出前講座 希望ヶ丘と山田池東町いきいきサロン  
～リハビリ職から学ぶ からだほぐし体操～
- 14日 研修会 ケアプランチェックについて(ケアマネジャー対象)
- 27日 元気かい!藤阪
- 29日 菅原地区民生・児童委員連絡協議会 合同勉強会
- 【8月】26日 自立支援型地域ケア会議(14:30~15:30)
- 【9月】16日 出前講座 ひまわり会 ~任意後見制度について~

# 地域包括ケアに向けた取り組み

## 『元気かい！藤阪』

ちびっこ広場に続いて、4月から2か所目の体操拠点として藤阪公園（通称：三角公園）での「ひらかた元気づけ体操」が始まっています。初回は、地域役員の方々のご協力もあり、40名のご参加を頂き、皆で元気よく体操を行いました。



緊急事態宣言が下りても、体操は屋外活動ですので、参加者同士で十分な距離を取りながら実施させていただきます。



6月に入ると梅雨空で、雨天中止の場合もありますが、2ヶ所の広場には、20名～30名の方が参加され、健康づくりに励んでおられます。

公園近くにお住いの方々、自治会長様、老人会会長様のご協力、ご理解を戴きながら今後も多くの方にご参加いただき、盛り上げていきたいと思っております。

毎月第1、3木曜日 9時30分～ ちびっこ広場

第2、4木曜日 9時30分～ 藤阪公園（三角公園）

雨天・祝日以外は、予約なしで参加OKです。

15分程度の運動ですので、お気軽にご参加ください。



## 自立支援型地域ケア会議

・1事例目：リハ職行為評価事業と訪問看護利用後、通所リハビリ利用経過の方。朝夕の散歩や蛋白質摂取を心がけているが、体重が3kg以上減っていたり、以前のように歩けずうつ傾向の為、精神的自立支援に向けての意見交換でした。出来ている事や少しずつ出来る事を励ましなが、自信につながる評価記載を支援するのも一案とアドバイスがありました。

・2事例目：朝から晩までしっかり動かれ、出来ることは何でも自分でやりたい方。リハ職より筋カトレーニングの継続が望ましく、歩行器使用時の姿勢をデイサービスでまめにチェックすることも必要と助言。栄養士からは、サプリメント服用で骨粗しょう症予防にも努めてられるが「バランスの良い食事」資料の提供もよいでしょうと助言。また、目標達成後の卒業視野への共通理解に努めることも大切とアドバイスがありました。

★今年度は地域の薬剤師さんにも声をかけ、今回ご参加いただいています。



会議参加の感想：「薬をお渡しするだけで、その方がどのような生活をされているかの情報キャッチの努力も必要と感じた。参考にしてもらえる情報提供ができるようにしたい。」

## 医療機関の皆様、自立支援型地域ケア会議に参加しませんか？

偶数月第4木曜日14時～15時

申し込みは大潤会までお電話ください。

# 居宅介護支援事業所連絡会 ～高齢者が住み慣れた自宅で生活するために～



4月27日に「成年後見制度の活用」

5月24日に「栄養士派遣指導事業の活用について」事例をもとにZoomで研修会を行いました。

## 成年後見制度の活用について 講師 包括大潤会 石川社会福祉士

80歳のAさん（認知症、圧迫骨折後）の同居の息子さん（50歳代）が急逝され一人暮らしとなり包括に相談が入りました。支援は何が必要か整理し、金銭管理（支払いや預貯金の管理、生活費の確保）生活支援（介護保険の申請や契約）が必要と考え支援を開始。第三者による金銭管理の支援（日常生活自立支援事業・任意後見制度・法定後見制度）の利用をAさんに説明し法定後見制度の利用となる。財産を他人に預ける事に不安を感じるAさんに寄り添いおこなった申立ての流れや実際の支援がどのように入るのかをケアマネジャーにお話しました。

ケアマネジャーとして高齢世帯の方や事例のような方の対応に苦慮することもあるかと思えます。専門機関につなぐ必要を感じる場合は、一人で抱え込まずに包括支援センターにご相談ください。後見制度についての地域への出前講座も承ります。



## 栄養士派遣指導事業って？ 講師 包括大潤会 今井保健師

75歳のBさん（胃がん術後・体重減少・腰痛）奥さんと二人暮らし。体力の低下があり包括に相談が入りました。基本チェックリストより歯科受診が数年されていない事や活動量の低下、うつ傾向がある事が分かりました。体力や筋肉をつけるには食事が大切なため、栄養士派遣指導事業を受けて頂いた事例の支援についてケアマネジャーにお話ししました。

（栄養士派遣指導事業1回目）食事の内容や食べる量、嗜好、飲み込み状態を確認し、汁物を咽ないよう片栗粉でとろみをつける、ご飯と一緒に食べる。ご飯でお腹が膨れるためおかずがあまり食べれていない為、ご飯を減らしてでもおかず（たんぱく質や野菜）を食べるようにとアドバイスあり。

（2回目）バランス良く食べる事が大切であると理解するために、食事記録をつけて頂く。

（3回目）体重、食事量を確認し、食習慣・生活習慣で気をつけたいこと（毎日の日課を続ける・よく噛んで食べる・水分をとる・歯を磨く・おやつを食べる・背筋を伸ばす・日光にあたる・体操をする）について説明をおこなう。

毎日の食事で未来の私ができています。食事をしっかり食べていると言われる方でも、たんぱく質や野菜が取れていない新型（肥満型）栄養失調の方もおられます。気になる方がおられましたら、包括支援センターにご相談ください。

