

包括大潤会だより

VOL.86

医療法人 大潤会 令和8年春
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8年4月1日
発行責任者 管理者



通勤路に見かける花壇では、春の花が少しずつ芽を出し、暖かい春がくるのを感じていますが、三寒四温でまだまだ寒い日もあります。体調も崩しやすいので、皆様気を付けてくださいね。

新年度を迎え、地域への出前講座や介護事業者向けの研修会など色々と計画しております。また皆様に、ご理解、ご協力をお願いすると思いますが、宜しく願いいたします。



4月から自転車の交通違反に「青切符」を導入！

自転車の交通ルールが一部改正します。4月1日から「青切符（交通反則通告制度）」が適用され、16歳以上の違反者に反則金が課されます。「イヤホンの使用」「二人乗り」「ながらスマホ」や「酒気帯び運転」などの違反行為には反則金の対象になります。自転車に乗る方は改めて広報ひらかた3月号、警視庁のホームページなどで交通ルールをご確認ください。

3月16日 多職種連携研究会を開催しました。

最後まで自分らしくを支える～今日から始めるACPの実践～

講師：向山病院訪問看護ステーションの月城亜由美センター長

ACP（人生会議）とは将来の医療やケアについて本人を尊重した意思決定の実現を支援するためのプロセスで、思いついた時に始めてください。その場面は①健康で元気な時②健康状態に変化があった時③人生の最終段階にある時。できれば元気な時から話し合いを重ねる事が大切です。医療や介護の専門職として実際に支援をするときの声かけの仕方などお話ししていただきました。



後半はグループに分かれて、ACPの実践について介護保険事業者、医療従事者と意見交換を行い、その中で枚方市版終活ノート「わたしの思い手帳」を使用して本人の想いを聞き取りしてしていると話がありました。

「終活まるわかりガイド」や「わたしの思い手帳」は枚方市健康福祉部健康づくり課や枚方市地域包括支援センターにて配布しております。たくさんご希望の際には部数に限りがございますので、前もってお声掛けください。

ハイリスクアプローチ ポピュレーションアプローチ

令和8年度も、健康状態不明の75歳以上の方のハイリスクアプローチ（個別訪問）と、ポピュレーションアプローチ（フレイル予防のための集団に対する介護予防講座）を予定していますので、ご協力よろしくお願いいたします。

要介護認定者の有病状況は、大潤会の担当する圏域においても、筋力低下からの転倒や骨折、フレイル状況となる、筋骨格系の有病率が高いと分かっています。その事から、フレイル予防講座を企画中です。



運動習慣を持つことや、毎日誰かと話す習慣、普段の健康チェック、年に1度は、健康診断や歯科検診を受ける事の大切さもお伝えしていきます。

オレンジカフェ

めえちゃん



2月5日のめえちゃんカフェでは、公済病院・健康体操療法士の坂本様と、作業療法士の藤村様による「健康体操」のミニ講座。上半身、下半身のストレッチや脳トレを交えてみんなで体操を行いました。

講座の後は茶話会ですが、SPRINGひらかた珈琲倶楽部の皆様に珈琲を淹れていただく間、自然に両隣の方と会話が弾まれている様子でした。今回は、寒い中でしたが、ボランティアさん含め34名とたくさんの方にご参加ただけました。

次回は5月7日（木）14時～15時開催予定です。

参加ご希望の方は、4月13日～28日（土日祭日は除く）

午前9時～午後5時30分に

地域包括支援センター大潤会（TEL 072-857-0330）までご連絡ください。

地域への普及活動について



藤阪校区の老人会にて人生会議（ACP）の出前講座を開催しました。

前半は一般的な終活を紹介し、後半で支援者となる専門職や家族を交えた人生会議の内容、実践する意義について周知説明を行いました。

地域から45名もの参加を頂き、皆様の将来に向けた取り組みに関する関心の高さが伺えました。

お知らせ 主任ケアマネジャー・社会福祉士として11年間勤務していた石川ですが、3月末をもって退職となりました。地域や介護事業所の皆様には大変お世話になりました。職員6名、また頑張ってますので、今後ともよろしくお願いいたします。

