

地域包括支援センターだより



第 80 号 令和 2 年 4 月 1 日 発行

シリーズ「知ってください包括のこと」⑥

大垣市 地域包括だより

検索

こんなこともしています。地域包括あれこれ

シリーズ「知ってください包括のこと」では、相談窓口としての機能や介護予防の取り組みについてご紹介してきました。今号ではその他の取り組みについてご紹介します。

出前講座などで地域に出向きます

啓発活動



地域みなさんが知りたいこと、取り組んでみたいことなどについて、包括職員が出向き、情報をお届けします。運動や体操の他、健康講話、認知症など様々なテーマでお話できます。

いつまでも、地域で暮らし続けるための

ネットワークづくり

介護・福祉・保健・医療などの関係機関と連携を行い、地域ぐるみで支えられるネットワークづくりを進めています。



【地図を見ながら地域の課題について話し合う関係者】

高齢者にとって住みやすい大垣市にするための取り組み

地域包括支援センターの業務において、地域の高齢者の様々な「困りごと」に直面します。例えば、「車に乗れない方の移動手段がなくて困る」「認知症高齢者の行方不明が心配」などがあげられます。

包括では、これらの困りごとを関係者と連携しながら取りまとめ、改善に向けた具体的な活動や制度政策につなげる取り組みを行っています。

●取り組みのイメージ●



地域の課題として、取りまとめる

より良い地域にするための
取り組みにつなげる



大垣市マスコットキャラクター

おがっきい

地域の困りごとが少しずつなくなるよう取り組んでいるんだね。みんなで住みやすい大垣にしていこう！

《介護予防》 レッツチャレンジ！！

★ 脳のトレーニングで認知症予防 ★

引くと「50」になる2つの数（ペア）を探し、消してってください。
最後に残った数は何でしょう？ （例） 「56」と「6」

| | | | | |
|-----|-----|---------------|----|-----|
| 73 | | 87 | | 37 |
| 21 | 128 | 6 | 50 | 84 |
| | 71 | 56 | 42 | 100 |
| 134 | | 78 | | 92 |

ほうかつ 掲示板

正しい手洗いをしていますか？

昼の時間が長くなり、ポカポカ陽気の春がやってきました。しかし、花粉や黄砂など、アレルギーのある人にとっては辛い時期でもあります。

私達には花粉・黄砂・ウイルスなどをなくすことはできませんが、体内に入れないように自分で防ぐ方法があります。正しい手洗いをする事で自分の身を守りましょう。

正しい手洗い方法



①流水でよく手を濡らした後、石鹸をつけ、手のひらをよくこすります。



②手の甲をのぼすようにこすります。



③指先・爪の間を念入りにこすります。



④指の間を洗います。
親指と手のひらはねじり洗いをします。



⑤手首も忘れずに洗います。



⑥流水で洗い流し、清潔なタオルなどでよく拭き取って乾かします。

30秒以上かけて洗いましょう

■大垣市地域包括支援センター

○大垣市役所内 ☎82-1166【担当地区】安井・川並・洲本・浅草

■地域包括支援センター大垣市社会福祉協議会

○総合福祉会館内 ☎77-2255【担当地区】興文・東・西・南・南杭瀬
日新・静里・綾里・荒崎

○在宅福祉サービスステーション内 ☎84-7111【担当地区】和合・三城・墨俣

○上石津老人福祉センター悠楽苑内 ☎48-0068【担当地区】上石津

■大垣市地域包括支援センターお勝山

○お勝山ふれあいセンター内 ☎71-5536【担当地区】宇留生・赤坂・青墓

■大垣市地域包括支援センター中川ふれあい

○中川ふれあいセンター内 ☎82-1701【担当地区】北・中川