



地域の活動紹介します！ 九品寺・新屋敷いきいき百歳体操

地域で取り組む「サロン」や「体操教室」は、介護予防や高齢者が地域とつながるための大きな役割を担っています。



九品寺いきいき百歳体操
第1.3火曜日10時～
九品寺サロン
第2火曜日10時～



新屋敷いきいき百歳体操
第2.4金曜日10時～
新屋敷サロン
第1金曜日10時～

体操やサロンの運営をされている白川校区民生委員児童委員協議会のみなさん



以前、イオン熊本中央店で毎週土曜日に開催されていた「いきいき百歳体操」が店内改装以降、出来なくなりました。そこで、白川校区社会福祉協議会は色々な準備を重ね、本年度4月から新屋敷(白川コミセン)九品寺(白川公民館)の2か所でいきいき百歳体操を始めました。

現在はコロナ感染症拡大のために自粛していますが、状況が落ち着きましたら各町内の民生委員から再開のお知らせをさせていただきます。

百歳体操に参加して筋力の低下を防ぎましょう!!御参加をお待ちしています。

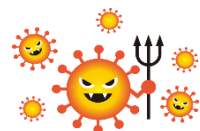
白川校区民生委員児童委員会 会長 甲斐節子



新型コロナウイルス感染予防のため、熊本市の対策基準に合わせて、必要時には地域の運営者の方と相談しながら開催を自粛することもあります。



食中毒に注意しましょう



①菌をつけない＝洗う！分ける！

②菌を増やさない＝低温で保存する！

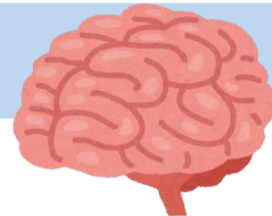
③菌をやっつける＝加熱処理！

④菌を持ち込まない＝健康状態の把握・管理！

⑤菌をひろげない＝手洗い、定期的な消毒・掃除！



～地域で支えよう～ 認知症



認知症の症状には次のような症状がみられます

脳の細胞が死んで
しまい起こる症状

覚えられない 時間・場所・人の見当がつかなくなる
日常生活に必要な作業がこなせない 等

心の状態や性格
環境によって起こる
症状

自信を失いすべてが面倒に感じる 望みを失ってうつ状態に
道に迷い、家に帰れなくなる 等



この症状に対しては、相手に「**あなたのことを理解していますよ**」
という、相手に伝わる行動や安心する言葉かけをおこなうことで
認知症の症状がゆるやかになります。※次号は「認知症の方と接する時の心構えについて」を掲載します。

やってみよう!

次のひらがなを並び替えてことわざを作りましょう。

① **きのつさばころえぬ**

② **くといとらうだしも**

③ **にここばねん**

④ **えるえかかるはのこ**

地域から発信!



食事レポート

大江校区ふれあいランチサービス

最近体調はいかがでしたか。
いつもお会いするのを
楽しみにしています。

「活動日はいつですか？」
毎月第3水曜日のお昼前頃
です。希望者の自宅を訪問し、
お弁当を渡しています。
料金は一食400円です。
(一部社協負担あり)



▲この日のお弁当は
このような内容でした。

いつもありがとう。
楽しみに待ってましたよ。

「どのような活動ですか？」
大江校区社会福祉協議会の活動で、
民生委員とその退任者が
高齢者や障がいをお持ちの方へ
見守り訪問活動と合わせて
お弁当を届けています。

当初、年間に660件程あった利用者も現在は220件程になっているとのことでした。一人暮らしや御近所で顔を合わせることが少なくなる中、このように「定期的に顔をあわせた見守り活動」が長年に亘り継続されてきました。御利用については、地域の民生委員さんへ御相談ください。

わたしたちの校区の訪問看護事業所を紹介します

訪問看護事業所とは…

訪問看護とは、主治医の指示に基づき、保健師、看護師、理学療法士等が、このサービスを必要とする方の生活の場である家庭を訪問し、病状の確認や内服管理、医療機器の管理など、健康上の問題や生活上の障害のある方々に対して専門的なケアを提供するサービスです。

* 御利用の御希望は担当ケアマネージャーへ御相談ください。



白山校区

シップ訪問看護ステーション九品寺



在籍看護師 4 名
がん末期医療や
リハビリに携わる
看護師が「至誠惻怛」
の心で自宅療養を
支援します。

■中央区九品寺 6 丁目 2-21-602
☎247-6690

訪問看護ステーション八王寺の杜



在籍看護師 5 名
サービス付き高齢者向け
住宅、居宅介護、看護小規
模型居宅介護を併設し、地
域の方々に個々に応じた援助を行っています。

■中央区国府 3 丁目 19 番 42 号
☎375-7126

大江校区

かた一れ訪問看護ステーション

在籍 看護師 5 名
リハ 2 名

保健師・看護師・
理学・作業療法士が
在籍しており多職種
連携してサポート
していきます。



■中央区大江 1 丁目 19-11
☎285-9770

大腸肛門病センター高野病院 訪問看護課

在籍 看護師 3 名
大腸肛門病疾患専門
病院として、主に
人工肛門ケアや排便
管理困難の方を対象
としています。



■中央区大江 3 丁目 2-55
☎320-6500

担当のケアマネージャーに相談をしてみましょう。



健康や介護の悩みをどうし
たらいいのか分からない。



* 介護保険の認定が必要です。



介護の計画を立てていただいた後
介護サービスが開始となります。

明治28年
創業



御菓子司 福栄堂

先日お店を再開した時の様子を笑顔で話される
4代目福本信子さん。母親の3代目福本リツさん
(92歳)にとって元気の秘訣は「あんこ作り」。
「皆さんに喜んでもらえるのが嬉しい。あんこは
私の人生そのものなの。」と頼もしい雰囲気
『もなかの達人』です。



◀あんこを作るリッ
さんを温かく見守る
娘の信子さん。



▲代々受け継がれる暖簾が目印

毎週火曜日11時～営業中 味噌天神宮そば