

# 包括支援センターだより

第17号 H24. 11. 1 発行

## 高齢者の身近な相談窓口

地域包括支援センターは高齢者の介護・健康・福祉・虐待防止・権利擁護などの相談や問題に対応しています。



### 介護保険や介護予防の相談

- 自宅に閉じこもってばかり、このままだと認知症になるかと心配だわ？
- 入院中の親が近々退院予定。介護が必要なので相談したいけど？



### お金や経済的なことで心配

- 一人暮らしのおばあちゃん、入院費の支払いで困っているみたい？
- 年金だけで生活するのはきびしいみたい？



### 虐待や権利擁護などに関する相談

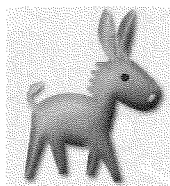
- 手紙の内容がよくわからなくてどうすればいい？
- 近所に住むお年寄りが家族から虐待をうけているみたいなんだけど？



藤崎町地域包括支援センター 電話 65-4155



## ★認知症サポーター養成講座



65歳以上の人口のおよそ1割が、日常的に介護が必要な認知症と言われています。藤崎町の65歳以上の人口はおよそ4,400人ですから、およそ440人が認知症のため介護が必要と推計されます。

認知症についての勉強会として職場やサークルの研修にご利用ください。

- 認知症の理解
- 認知症の方に対してのかかわり方について
- 地域での見守りについて

講座の内容や日時については、担当者と相談可能です。お気軽にご相談ください。

でんわ 65-4155 藤崎町地域包括支援センター



## 認知症介護のこと

シリーズ4

### 認知症者の安全を確保しましょう。

外出をしているうちに目的を忘れてしまう、自分の居場所がわからなくなり不安が強まるなどの理由から、目的なく歩き回る行動を起こすことがあります。

#### 連絡先

外出時には名前、連絡先のわかる物を身につけてもらいましょう。



#### 周囲への声かけ

帰り道を忘れてしまうなど困った時に助けてもらえるよう、近所の方には事情を説明しておくといいでしょう。

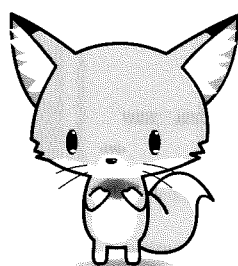


### 脳の健康教室

○声を出して読んでみましょう。  
ご家族の方と一緒に読んでみてはいかがでしょうか。

#### 「ごん狐」

ごんは、川下の方へと、ぬか  
み道を歩いて行きました。ふ  
と見ると、川の中に人がいて何  
かやっています。  
そうと草の深いところへ歩  
きよって、そこからじつとのぞ  
いてみていました。「兵十だな」  
と、ごんは思いました。兵十は  
ぼろぼろの黒い  
きものをまわし  
あげて、腰のところまで水にひ  
たりながら、魚をとるはりきり  
という網をゆすぶっていました。



次号に続く

## 高齢者の虐待は、 誰もが直面するかもしれない問題です

みんなで  
防ごう  
高齢者虐待

④

### 「虐待かな？」と思ったら…

虐待は早い段階で第三者が介入するなど、虐待の悪循環をとめることが大切！「虐待かな？」と思ったら、役場もしくは地域包括支援センターに相談・連絡をしてください。誰が連絡したかなど周囲にもれることは決してありません。



#### 高齢者の虐待サインの例

- 身体に小さな傷がひんぱんにある
- 傷やあざの説明のつじつまが合わない
- 「家にいたくない」などの訴えがある
- 家の中がひどく不衛生、異臭がする
- 衣服がよごれたまま
- 急におびえたりこわがったりする
- お金や財産があるのに「お金がない」と訴える

#### 家族などの虐待サインの例

- 高齢者の世話や介護について、拒否的な発言が多い
- 高齢者に対してひどく乱暴な口のききかたをする
- 家からどなり声や悲鳴などが聞こえる
- 訪問しても高齢者に会えない・またはいやがられる

### 脳の健康教室

2枚の絵には、ちがうところが8つあります。  
全部探すことが出来ましたか。



答えは、最後のページです。





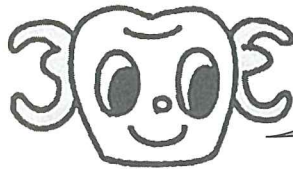
介

護

予

防

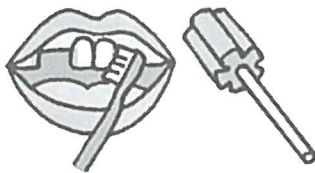
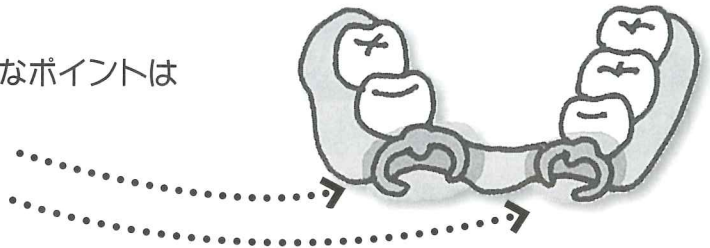
入れ歯も残っている歯も清潔にしないと、歯ぐきが弱り、残っている歯を失う原因になります。正しいお手入れをし、いつまでもおいしくかめて、楽しく笑って話せる毎日を過しましょう。



## 部分入れ歯のお手入れ

- みがくの忘れがち、見落としがちなポイントは

### のこった歯にかける 金属部分



**残った歯** もすべてみがき、歯ぐきのみの部分も口清掃用のスポンジや歯ブラシで汚れをのぞき、マッサージをしましょう。

## 借金や金銭トラブル・離婚などでお困りの方は法テラスへ！

借金や離婚など身近な法的問題でお困りの方や、犯罪の被害にあわれた方に、法制度や相談窓口など解決へのきっかけとなる情報をお知らせするほか、経済的に余裕のない方には無料で弁護士・司法書士による法律相談も行っています。

### お近くの法テラス

- 無料法律相談

☎ 050-3383-5552

平 日：午前9時～午後5時

(法テラス青森)

### 全国どこからでも

- 身近なトラブル

☎ 0570-078374

- 犯罪被害者支援ダイヤル

☎ 0570-079714

以上、平 日：午前9時～午後9時

土曜日：午前9時～午後5時

## 藤崎町地域包括支援センター

### 【相談受付時間】

月曜日～土曜日  
午前8時15分～  
午後5時

### 【住 所】

藤崎町大字常盤  
字富田67-1

### 【電話番号】

☎ 65-4155

FAX 65-4159

