



青木主任ケアマネ 熊澤看護師 木村社会福祉士 田代ケアマネ

地域包括支援センターとは高齢者の皆さんが、住み慣れた地域で自分らしく暮らし続け、自立した生活が送れるようお手伝いをする相談窓口です。



「短期集中通所型サービス事業」の紹介

今年も短期集中通所型サービス事業が健康ワンアップ教室という名前に変わり、生涯学習センターけやきなどで実施されました。この事業は要支援の方が3か月間（12回）の短期間で介護予防に向けたプログラム（運動・口腔・栄養・認知症予防）を実践して、「自分でできることを増やす」ための教室です。

この事業は年1回の開催で、今年は4名の方が参加されています。3か月後には、ほとんどの方が体力、健康、認知機能評価が上がります。今年度の短期集中通所型サービス事業の募集は終了しましたが、ご興味のある方は地域包括支援センターまでお問い合わせください。

留場公民館フレイル講話の開催

8月18日（金）14時から留場お茶のみ会にフレイル予防について講話をさせていただきました。フレイルとはアメリカで「虚弱」を示す言葉が語源の「加齢に伴って心身が衰え、健康と要介護の中間にある状態」を示す言葉です。簡単にいうと、努力次第で回復が可能で、早めに予防に取り組んでいただきたいものです。

参加された方は留場にお住いの75歳～90歳代の方15名ほどでした。その日はとても暑い日でしたが、歩いて参加される方も多く、和やかな雰囲気の中、お話したり、体操したりで、あっという間の時間でした。少しでも知識を増やして賢く予防ができるお手伝いできればうれしいです。今後もそのような講話のご希望がありましたら、お問い合わせください。





幻の果実 「ポップ」を知っていますか？



訪問の道中、ずっと気になっていた「ポップあります」の看板。
皆さんは「ポップ」を知っていますか？「森のカスタードクリーム」と呼ばれるフルーツ。実は数年前から気になり、包括メンバーで探していました！



早熟のため、なかなか流通しないそうです。なんと今年、久野・諏訪の原の「農産物直売所ふれあい市場」で発見！！ このふれあい市場では、地域の農家から持ち寄られた新鮮な野菜・花・果物を安く販売中。毎日続々と多くのお客さんが訪れます。



まさに地域の「ハブ」。店主の小泉さんらが、お客さんへ気さくに声をかけ、朗らかな時間が流れています。人と触れ合うことの大切さを改めて教えてくれるこの場所。元気な地域生活には「人とのつながり」が大切なキーワードです。皆さんも是非立ち寄ってみませんか。

地域包括支援センターはくさん書籍コーナー「はくさん文庫」



地域包括支援センターはくさん内の立ち寄り場所「ふらっと」の一角に、認知症に関する書籍コーナーを設置しています。

最近も地域包括支援センター・はくさん文庫へ書籍の寄贈があり、認知症関連の本が増えました。

自由に手に取り、読んでいただけます。また、貸出しも対応致します。

正しい情報を知ることがご自身やご家族、地域のための備えとなります。どうぞご利用ください。

ご相談・お問合せ

地域包括支援センターはくさん 担当地域は、「久野」と「二川」地区です。

住所：小田原市久野 137-2 /TEL：0465-66-3066/FAX：0465-34-3222



はくさん



圏域の地域資源を紹介！「つながる」を始めませんか？ vol.8



「坂下直売所 1号店・2号店」 編

「坂下直売所」にお邪魔しました。毎日10時半頃には、地域で育てられた四季折々の野菜や果物が店頭に並びます。なんと「全品100円」開店とともに、老若男女たくさんのお客さんでにぎわいます。

この直売所は30年ほど前、自治会役員の有志が集まり開設されたそうです。様々な事情で、市場に出荷にいくことが大変になった農家が増えたことがきっかけだったと。手塩にかけた新鮮な農産物を販売したい！！との思いから、県内各地の直売所を視察し、このスタイルとなったそうです。

立ち上げのメンバーは段々と高齢化していき、現在は3世帯のメンバーで2カ所の直売所を切り盛りしているとのこと。気さくに声を掛け合い、私には立派に育ったバターナッツの美味しい調理の仕方を丁寧に教えてくださいました。



↑ 1号店モンサンミッシェル近く



↑ 2号店坂下ダイソー近く



その日に採れた新鮮な野菜たち。
毎朝10時半ごろから店先に並びます。なんと全品100円！！



店先には素敵な看板娘。
お客様へ元気に声をかけます。
この笑顔が地域の
大きな力になります。

「人と人がつながる拠点」「食育の拠点」「年を重ねてもいつまでも活躍ができる拠点」
多世代行き交う素敵な地域の拠点です。

二川地区圏域ケア会議を開催しました。

地域包括支援センターはくさんが担当する二川地区について、民生児童委員、企業の方々、歯科医師、行政書士、薬剤師、ケアマネジャー、介護職、警察官、社協担当者などの方々に井細田公民館へ集まっていただき、これからの地域課題（孤立化、個人情報への扱いなど）を話し合いました。

出来るかどうかに関係なく、出てきた課題についていろいろなアイデアが飛び出しました。

これらのアイデアを少しでも具体化できるよう、地域包括支援センターはくさんは今後も行政や関係者と検討を重ね、様々な課題に取り組んでいきたいと思っております。



【圏域ケア会議参加メンバー】

民生児童委員7名、ガス会社担当者2名、地元電気店1名、歯科医師1名、行政書士1名、薬剤師2名、介護支援専門員2名、介護事業所職員2名、小田原警察署足柄交番1名、(市)高齢介護課行政職員2名、社会福祉協議会地区担当2名、地域包括支援センターはくさん職員4名 合計27名

前回好評！またやります。
お申し込みはお早めに！

【講座案内】 いざという時困らない！！我がこととしてとらえる

「将来に向けての備え」～贈与編～

2023年11月16日(木) 14時～16時 入場無料
場所：おだわら医療福祉会館 4F 会議室2

※事前にお電話でお申し込みください。〆切り：令和5年11月9日(木)

【講座の申込先】 地域包括支援センターはくさん 0465-66-3066



活き活きシニアサポート税理士
鈴木美帆 氏