

# 東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2023年4月1日（土）発行 [第203号]

## 令和5年度も地域包括支援センターをよろしくお願い致します！

令和5年度がスタートいたしました。早いもので地域包括支援センターも開設より17年間が経ち、地域の皆様のご協力のもと地域包括ケア体制の充実に向けての取り組みを進めてくることができました。地域包括ケア推進の中核的な機関として、高齢者が住み慣れた地域で尊厳を保持し、その人らしい生活を維持できるよう、ネットワーク機能の構築、権利擁護業務や認知症支援等の機能強化、介護支援専門員支援等の充実を目標にこれからも1つずつ勉強と経験を重ね、地域の福祉に少しでも貢献が出来るよう頑張りたいと思います。

今年度、東部南地域包括支援センターは下記のスタッフにて地域の皆様からのご相談をお待ちしております。どうぞよろしくお願い致します。  
〈センター長 赤間 諭〉

センター長	赤間 諭
保健師等（看護師）	大良 卓哉
生活支援コーディネーター	池田 沙織
主任介護支援専門員	日野澤 ひとみ
主任介護支援専門員	北山里 美
社会福祉士	中島 輝義
認知症地域支援推進員・ 地域支援コーディネーター	上野 文那
介護支援専門員	中村 千寿子
事務員	阿部 美佐子
調査員	池田 日奈子



前列左から阿部・池田(沙)・赤間・大良・中村  
後列左から北山・池田(日)・上野・日野澤・中島

## ☆地域の“キラリッ”活動紹介☆

### “番外編”『白樺マル健クラブ』



令和4年度の白樺マル健クラブは、東雲小学校を会場に年間7回開催しました。令和4年度も、理学療法士の金子さんを講師にお招きし、講話とヨガマットやセラバンドを使用した運動を教えてくださいました。また、東雲小学校4年生児童さんと地域参加者のみなさんとの交流も4回行い、児童さん企画によるジャンボ福笑いをしたり、地域参加者の皆さんが先生となってマル健クラブで行っているコグニサイズを教えたりしました。今年度も開催近づきましたらご案内させていただきます😊

# ☆地域の“キラリッ”活動紹介☆



## 「番外編」東雲小学校福祉教育「認知症キッズサポーター養成講座」

令和4年度も東雲小学校のみなさんと福祉教育出前講座を通じた活動をさせていただきました。今回は、1年生から6年生まで全学年の児童さんと、それぞれ高齢者疑似体験、車いす体験、ボッチャ、パラスポーツを通じた視覚障害体験(ゴールボール、ブラインドサッカー)、認知症キッズサポーター養成講座を実施し、身近な福祉について触れる機会として体験学習を行いました。2/10には、4年生の皆さんとの授業があり、装具や重りを手足に着けたり、視野が狭くなるゴーグルや耳が聞こえにくくなるイヤーマフをつけたりする“高齢者疑似体験”を行いました。体が不自由になり動かない中で、階段の上り下りをする、みんな「こわいー!」と言いながら、高齢者の気持ちを考えて体験していました。



同日、6年生のみなさんと“認知症キッズサポーター養成講座”を行いました。認知症について知る講座を受けた後、認知症で道に迷い困っている、おばあちゃんとおじいちゃんに声かけをするロールプレイを体験しました(※写真右)。みなさん、おばあちゃん達を驚かせないように、ゆっくりと近づき、目線をあわせて優しく「どうしましたか〜」と声かけし、しっかりとお話を聴いた後、「〇〇まで一緒に行きますよ」とサポートしていました。みなさん、とても優しく、上手に声かけすることができていました😊



**“発見! 東部南の〇〇名人”取材、町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動等、地域活動へおじゃまさせていただきます! 介護予防やフレイル予防の講話・体操、認知症や介護保険についての講話等、「ちょっとこんな話を聞きたいのだけれど…」というご相談もお気軽にお寄せください!**

また、**新たな集いの場の立ち上げ**の相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい! 😊**まだ集まるのが難しい現状での見守りや、“集まれなくても地域のみなさんがつながる方法”**等についても一緒に考えながらお手伝いさせていただきます! お声がけおまちしております!

〈担当〉生活支援コーディネーター：池田

釧路市東部南地域包括支援センター 2023年4月1日(土) 第203号

東部南地区人口 20,797人(全市161,719人の12.8%)・高齢化率 44.4%(全市34.9%)・R4.3現在

住所：〒085-0813 釧路市春採4丁目10番15号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話：0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX: 0154-41-2588

URL: <http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

