

わ 世帯配布 だ和いね通信

第1号 2018.9.1 発行

発行:佐久間支え合い『だ和いね』

事務局:地域包括支援センター北遠中央

☎053-969-0088

ごあいさつ：佐久間町の高齢化も60%に迫り、暮らしや身体、介護などへのご心配もおありかと存じます。介護保険の改正もあり、地域の多様な生活支援ニーズに応えるため、地域住民の手で生活支援・介護予防に取り組むことになり、この度、生活支援体制づくり協議体『佐久間支え合い だ和いね』を立ち上げました。住み慣れた地域で安心して暮らし続けられるように、地域の課題を明らかにし、住民の皆様やご家族にもご理解ご協力をいただいで佐久間の地域福祉を進めます。その様子をこの通信でお伝えしてまいります。離れてお住まいのご家族にもご覧いただけますと幸いです。



厚労省 地域包括ケア研究会報告書より



保健・医療・介護・福祉 連携スタッフ

あまり聞きなれない言葉ですが、『地域包括ケア』という考え方があります。高齢者の想いを守りつつ、その自立した生活を支えていこうという目的を持って、できる限り住み慣れたこの土地で生活が続けられるように、包括的な(まとまった)支援やサービスの体制を作ることを目指すものです。『だ和いね』もこの体制の一部となります。

右の絵にありますように、みなさまの『住まい』に住み続けるためには、それぞれに必要な保健、医療、介護、福祉などの『サービス』に満たされなければなりません。そして何よりもここで暮らすことについて、本人や家族がしっかりと『心構え』を持つことが重要となります。

佐久間地域ではこの『地域包括ケア』のために全力で対応できるよう、地域と保健・医療・介護・福祉に関わる多くの職種が一丸となってガッチリ『連携』しています。

私たちが佐久間地域の高齢者を全力で支えます！

暮らしの中で『困ること』、特に高齢者の生活についての困りごとをいつでも解決に導いてくれる、そんな頼れる場所をご紹介します。相談する時はどなたも少し戸惑います。どこに聞けばいいの？、こんなこと聞いてもいいの？…でも、心配ありません。聞きやすいところ、どちらでも構いませんので、どうか『困りごと』が大きくなる前に、『ちょっと心配』なうちに、ご相談ください。どこに相談されても、その解決のために最も適したスタッフへの橋渡しをいたします。もちろん個人情報をごきちんと守るように、連携の中で厳しく管理していますので、ご安心ください。

相談内容	相談先	電話番号 (市外局番 053)
高齢者のこと	地域包括支援センター(高齢者相談センター)北遠中央 // 北遠中央佐久間支所	969-0088 965-0800
生活や身体のこと、健診など	浜松市佐久間保健センター(協働センター内)	966-0005
介護保険サービスのこと ケアマネジャーとの契約	さくまの里在宅介護支援センター	965-1858
	小規模多機能施設 いもほりの家	987-0707
	居宅介護支援事業所 ふれあい	967-3002
福祉のこと、民生委員への相談	浜松市社会福祉協議会天竜地区センター 佐久間事務所	965-0294
医療相談(外来・入院)	浜松市国民健康保険佐久間病院 支援室	965-1759
行政のこと	浜松市佐久間協働センター	966-0001

※ 裏面もご覧ください

マメだかね？

元気なみなさんをお訪ねしました・・・

今回は、浦川「ハーモニカじじいクラブ」！



御年85歳、同級生の4人組が、週に1回集まってハーモニカの練習を重ね、地域のイベントでも演奏を披露しています。メンバーの一人が大切な奥さんを亡くし、励ますために毎日家を訪ねて集まりだしたのがきっかけ。別のメンバーが習っていたハーモニカを4人で吹こう、ということになりました。譜面が読めなくても、音が多少合わなくても気にしない、ちょっとばかり具合が悪くても集まって笑っていられればいい、そんなゆるい感じが長続きのコツ。旅行やカラオケも定期的な活動(^)。集まる、しゃべる、笑う、・・・大事なことです。

次の演奏会を楽しみにしています。

もしもの時のこと、考えてみませんか

佐久間地域では、全世帯数のうち半分が高齢者世帯（65歳以上）であり、子供世代は離れてお住まいの状態です。急な病気、入院などで介護の調整に戸惑う方も少なくありません。工夫して帰省を増やし、親御さんの介護を続けるケースも増えました。佐久間病院では、離れてお住まいのご家族のためにホームページ「**佐久間ネットワークあんじゃないネ**」【<http://sakuma-family.jimdo.com>】を開設しています。高齢者の暮らしを守るためには、ご家族のご協力が不可欠です。ご家族の負担をできるだけ軽くするために、相談窓口も遠慮なくご利用ください。盆正月、お彼岸など、ご家族お揃いの機会には、『もしもの』時のことを話し合っておかれることをお勧めします。

わたしなりの遠距離介護

～体験談をご紹介します～

独居の A さんは物忘れが少し心配ですが、お友達とも仲良く過ごしています。離れて暮らすご長男 B さんは地域包括支援センターのケアマネジャーに相談し、アドバイスを受けながら月に2回ほどの帰省を続け、病院受診の付き添いや身の回りのお世話をしています。B さんは同居も考えましたが、ケアマネジャーに『まだ独居で暮らせませよ』と背中を押され、A さんがここで暮らしたいという気持ちを大事にして、ご近所にもお世話になりながら頑張っています。



調べものの相談は図書館へ！気軽にきてね “^{らい}来ぶらい～”

図書館はどなたでも利用できます。本や雑誌、新聞を読んだり、調べものをしたり、電車やバスを待つなど過ごし方はいろいろです。講座も行っています。図書館では本の貸し出しのほか、読書や調べものの相談を受け付けています。郷土の歴史のことから生活のことまで図書館の資料を使ってお答えします。医療・健康情報コーナーには、健康づくりや病気の治療、薬に関する本などがあります。図書館職員は病気の診断はしませんが、みなさんが必要な情報を入手することができるようにお手伝いをします。どこかちょっと寄りたいたいという時ご利用ください。飯田線佐久間駅に併設しています。

