



地域で和っしょい!

レストア川崎地域包括支援センターだより

発行：レストア川崎
地域包括支援センター
住所：宮前区犬蔵 2-25-9
TEL：044-976-9590

地域包括支援センターは、市から委託を受けた高齢者の相談機関です。困ったとき、迷ったとき、どんなことでも、お気軽にご相談下さい。相談料は無料です。
『地域で和っしょい!』では、地域の活動や福祉の情報などをお伝えしています。

(40～60歳代)

ミドル世代向け『親のこと、自分のこれから、心づもり講座』

7月27日、第1回の講座が開催されました。今回のテーマは『「歳をとる」ってどういうこと?』。物忘れ、気力・体力の低下、足腰の痛みなど、皆様が抱く「歳をとる」イメージ。大切なのは、これらの老いの変化は、ある日、突然訪れるのではなく、途中経過があり、その変化と闘うというよりも、変化を受け入れ、うまく付き合うこと、と小嶋先生より。



実際に、ご自身やご両親のことを考えていただいた際には、「両親の希望と自身の置かれる状況が違う」、「状態や環境が変わっても受容できる自分でありたい」、「どうしたいか親の思いを聞き出せない」、などの意見があり、今後の講座で、各々が解きほぐしていくべき課題が見えてきました。



★今後の予定★

第2回 9/7 (土) 14時～
『母の老いの受容から学んだこと』

第3回 10/5 (土) 14時～
『介護のかたちに正解はない』

第4回 11/9 (土) 14時～
『事例をもとにライフプランを立ててみよう』

第5回 12/7 (土) 14時～
『知っておきたい親のこと、
伝えておきたい自分のこと』

土橋カフェ&チャレボラ (福祉・ボランティア体験学習)

8月7日、宮前区社会福祉協議会のプログラム『夏休みボランティア体験学習“チャレボラ”』が土橋会館にて行われ、小中学生6名が参加しました。午前中はキッズサポーター養成講座を実施。高齢化の現状や認知症の知識、対応方法などについて学んでいただきました。午後の土橋カフェでは給仕のお手伝いの他、午前中に練習した寸劇を披露。“街中で認知症と思われる方を見かけた場面”と“お財布がない!と探す場面”で、認知症の方の気持ちに思いを巡らせながら、子どもたちが声掛けのセリフを考えました。とても上手な演技で、カフェ参加者から大好評でした。この日はマンドリン・フルート・ピアノの演奏があり、懐かしの昭和歌謡を奏でいただきました。



認知症サポーター養成講座



寸劇発表



中本誠ファミリーアンサンブル



給仕の様子

菅生住宅自治会 勉強会



6月22日、菅生住宅にお住いの皆様を対象に勉強会を行い、25名の方が参加されました。老人保健施設レストア川崎リハビリ科より膝の痛みの原因や日頃から出来るトレーニングについて、レストア川崎包括より川崎市緊急通報システムについて実際にデモ機を見て頂きながらお伝えしました。

仲よしサロン

7月8日は津軽三味線の伴奏で民謡の先生と一緒に民謡と唱歌を歌いました。全国各地の民謡を歌うことで、皆さん故郷を思い出す懐かしい時間となりました。仲よしサロンは毎月第2・4月曜日の13時30分より、鷺沼会館にて開催しています。是非ご参加ください。



鷺沼地域包括ケア会議 ～鷺沼につくろう 集いの場～



7月26日、鷺沼地域でケア会議を開催しました。地域住民の他、銀行等の一般企業、福祉サービス事業所、薬剤師、医師など多くの方にお集まりいただき、今回は老人保健施設レストア川崎施設長にもご参加いただきました。千葉県松戸市を拠点に活動され、理学療法士の資格もお持ちの松村大地様（“特定非営利活動法人まつどNPO協議会”コーディネーター）をファシリテーターとしてお呼びし、『鷺沼につくろう 集いの場』というテーマでグループ討論を行いました。「一休みできるベンチ」「男性をターゲットに」「個人宅での趣味の場づくり」「子どもも集える場所」など、多様な意見が活発に上がりました。集いの場実現化に向けての一步を踏み出しました。

知識を活かす小さな学び舎



7月19日は『中世キリスト教文化紀行～ヨーロッパ文化の源流を求めて』より“聖なる悪魔”についてお話しをしていただきました。聖歌を参加者全員で歌いました。この日は、先生の誕生日ということでささやかなパーティーをしました。



寄り道喫茶



7月3日は株式会社フロンティア・竹内様より、置き型の手すりや車いす、歩行器、シャワーチェア等を紹介していただき、参加者の皆様に体験していただきました。

寄り道喫茶で体操をご指導くださっている伊臣久子先生が、『2019年ラジオ体操優良団体等表彰』にて全国個人表彰（8名の内の1名）されました。この日、寄り道喫茶参加者の皆様よりお祝いのお花をプレゼントされました。



そうだん処にんじん



5月 ファブリックリース作り

7月 パステルアート

5月はファブリックリース作り。5cm角の布を発砲スチロール製のリース型に差し込み、選んだ布の柄や飾りで個性あるリースが完成しました。7月はパステルアート。パステル（画材）で色を付け、綿棒や綿を使って色をぼかし、重ねたり混ぜたりと自由な発想で思い思いの作品が仕上がりました。どちらも小学生のお子さんが参加され、賑やかな雰囲気でした。9月は通常通り23日（祝日）に開催予定です。

レストア納涼祭



8月2日、老人保健施設レストア川崎にて納涼祭が行われました。太鼓の演奏や子どもたちによるダンス、盆踊りなどで大変盛り上がりしました。今年も鷺沼にお住いの方々にスタッフの浴衣の着付けをしていただきました。毎年ご協力いただき感謝申し上げます。

※ケアマネジャー対象

新設 ケアマネ喫茶



毎月第3火曜日の15時より、レストア川崎地域包括支援センターにて在宅支援を行うケアマネジャー向けに喫茶を開店しています。集まったメンバー同士の情報交換やケースについての相談など、気軽な雰囲気で開催しています。皆様のご参加をお待ちしています。

新しい職員が入りました！



看護師
川口 栄子

皆様の毎日が豊かで潤いがありますように。頑張ります！

ご相談や、記事に関するお問い合わせは

044 (976) 9590

rk-houkatsu@hanasakikai.or.jp

レストア川崎地域包括支援センター
犬蔵2-25-9



明石
(看護師)



小泉
(社会福祉士)



嶋
(保健師)



奈良
(主任ケアマネ)



永野
(地域支援)



南波
(事務)