



# 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。

## 土橋町内会認知症サポーター養成講座



土橋地区では毎年多くの認知症サポーターが誕生し、認知症になっても暮らし続けられる街づくりに力を入れて取り組んでいます。ゴールデンウィーク前半の4月28日、土橋会館にて恒例の認知症サポーター養成講座が開催されました。この日は土橋地区だけではなく、宮前区外や川崎市外からも多数の方が来られ、55名が参加し満席となりました!今回は特別講師として東京慈恵会医科大学付属第三病院脳神経外科医師・石井卓也先生をお招きし、認知症になった時の脳の変化や最新の治療薬についてなど講話いただきました。また、認知症サポーター養成講座講師役のキャラバンメイトとして老門泰三様、民生委員・高井様、元民生委員・久我様より、市の施策や土橋町内会の取り組み、サポーターへ期待すること、認知症の方やご家族と接した体験談などについてお話しがありました。



認知症サポーターとは何をしますか??

認知症を正しく理解し、本人やご家族を温かく見守る応援者です!



認知症サポーターとは、「認知症を正しく理解し、認知症の方やご家族を温かく見守る応援者」です。困っている様子があったら優しく声を掛ける、ほんの少しお手伝いをしてさしあげる...認知症の方が住み慣れた地域で安心して暮らしていけるように寄り添うことが大切です。認知症サポーターとなった方の中には土橋カフェ（認知症カフェ）に参加する方や、キャラバンメイト養成研修を受けて認知症サポーター養成講座講師役となり認知症の普及啓発に携わる方もいます。皆さんも認知症サポーターになって、ご自身でできることから始めてみませんか?

## 住民向け講座『MCI (軽度認知症) を知ろう!』

今年も開催します!

## レストア川崎フェスティバル

令和6年9月29日(日)

10:00~14:00



健康チェック、お子様向けイベント、キッチンカー、音楽コンサートなどを予定しています★



皆様のご参加をお待ちしています



5月から6月にかけて、宮前市民館にて、かわさき記念病院・宮前平地域包括・レストア川崎地域包括の合同企画『頭も心も元気にする勉強会 MCI を知ろう!』3回シリーズ講座を開催しました。30定員のところすぐに満員となり、MCIへの関心の高さを実感しました。各回、かわさき記念病院公認心理師・管理栄養士・理学療法士が講師を務め、MCIの基礎知識や、食事と運動の観点からMCI・認知症の予防などに関してワークや実践も交えながら学んでいただきました。

# 家族会サルビア参加者の声

家族にはなかなか言いづらいことも、この場でなら話せるので、できるだけ参加するようにしています。



皆さんのお話を聞いて、こういう方法もあるんだ！と勉強になります。

同じ境遇の方と話せるので、「自分だけじゃないんだ」と安心します。



毎月第2月曜日 10 時より開催している介護者と介護経験者が集う『家族会サルビア』。毎回5～8名程度で、それぞれの近況や悩みを共有しています。現在ご家族の介護をされている方、ぜひ一度参加して一緒にお話しませんか？お問い合わせはレストア包括まで。

## お知らせ

### レストア川崎での活動を一部再開します！

コロナ禍前にレストア川崎にて実施していた卓球ミニクラブを再開することとなりました。また、現在宮前美しの森公園にて体操を実施中の寄り道喫茶、土橋会館にて開催中の家族会サルビアも、7月よりレストア川崎にて開催することが決定いたしました。開催日時が変更となっている活動もありますので、下記日程をご確認ください。また、8月は夏休みとなります。参加前にお問い合わせ下さい。

**【会場】 老人保健施設レストア川崎 (犬蔵 2-25-9)**  
地下1階 大会議室 **※8月は全てお休みです**

**【日時】**

寄り道喫茶 (初回:7月3日)  
毎週水曜日 10:30~12:00



家族会サルビア (初回:7月8日)  
毎月第2月曜日 10:00~11:45

卓球ミニクラブ (初回:7月11日)  
第2木曜日・第4水曜日 14:00~15:30

曜日が異なります。  
ご注意ください!

来所での相談ご希望の場合は  
事前にご一報ください

**044-976-9590**  
レストア川崎地域包括支援センター  
〒216-0011 宮前区犬蔵2-25-9  
【担当地域：犬蔵・鷺沼・土橋】

レストア包括  
Facebook  
こちらから  
↓アクセス

# 宮前区×川崎市立図書館 連携イベント開催

5月23日、宮前美しの森公園にて宮前区役所と川崎市立図書館の連携イベントが開催されました。宮前区内を巡回している川崎市立図書館自動車文庫「たちばな号」が沢山の本を乗せて公園へ。また、宮前区PRキャラクターの宮前兄妹（メローとコスミン）も登場し、訪れた近隣住民の皆様と一緒に「だいすきメロコス体操・ダンス」を踊りました。小さなお子様も参加され、笑顔いっぱいのイベントとなりました。



## 携帯型緊急通報システムを使ってみませんか？

『緊急通報システム』は、一人暮らしの高齢者等に緊急時の連絡体制を確保する川崎市のサービスです。自宅内または外出時に携帯型端末を使用して、緊急時駆け付けサービスや健康相談を利用できます。暑い夏を迎える前に、利用を検討してみませんか？ご希望の方はレストア包括までご連絡ください。



### 【対象者】

- ①65歳以上の一人暮らし又はそれに準ずる世帯の方で、心臓疾患等で日常生活に注意を要する方。
- ②75歳以上のひとり暮らしの方。
- ③認知症による行方不明のため生命に危険の可能性があり、次の(1)または(2)に該当する方。  
(1)65歳以上  
(2)若年性認知症で要介護1～5の認定の方

### 【サービス内容】

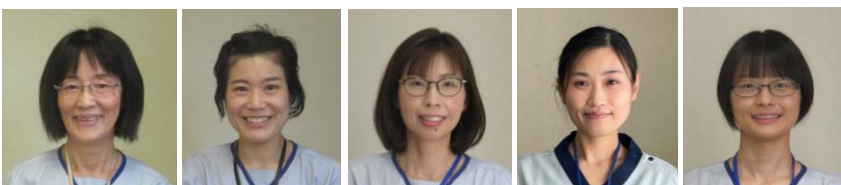
- ①24時間 365日体制での緊急時対応
- ②健康相談

### 【利用料】

課税状況により0円～2070円  
※市外駆け付けの場合には別途料金あり。  
※自宅設置型もございますが、携帯型が使用できない理由のある方が対象となります。



## ★レストア川崎地域包括支援センター職員紹介★



明石 (看護師)      嶋 (保健師)      内藤 (地域支援)      青木 (保健師)      南波 (社福・事務)