



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



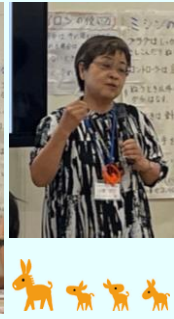
地域包括支援センターは、市から委託を受けた高齢者に関する公的な相談窓口です。困ったとき、介護保険等サービスについて知りたいとき、地域の情報を知りたいときなど、お気軽にご相談ください。相談は無料です。『地域で和っしょい!』では、地域の活動や福祉の情報などをお伝えしています。

寺子屋つっちー 高齢者疑似体験&認知症サポーター養成講座

高齢者疑似体験



認知症サポーター養成講座



9月23日、土橋小学校にて、寺子屋つっちー・土橋町内会と共同で高齢者疑似体験と認知症サポーター養成講座を開催しました。児童・保護者合わせて30名が参加されました。高齢者疑似体験では重りやバンドをつけて頂き、杖をつきながら廊下や階段を移動。「こんなに体が重く感じるの!?!」「ちょっと動きづらいね」などの声が上がりました。認知症サポーター養成講座では、認知症の症状や対応する際のポイントをVTRや実演を交えながら説明し、優しく声をかけることの大切さをお伝えしました。認知症になっても住み慣れた地域で暮らし続けられるよう、地域全体で見守っていただけたらと思います。



この指とまれ体操~阿波踊り~

阿波踊りの練習を行っています。初踊りは1月17日(土)11時より土橋2丁目公園にて。ぜひご参加下さい♪

400年以上も続いている徳島県の
阿波踊り
を踊りましょう!

気をつけてご参加下さい。

ベビーカーを押して
友と誘い合い

子供と手をつなぎ
街で手を振る仲間が増えるとたのしい!

おどりの練習会
(無料)雨天中止

●指導 大神倫章(この指とまれメンバー)

●日にち 2025年11月1日(土)8日(土)22日(土)12月20日(土)

●時間 11:00~12:00

●場所 土橋2丁目公園
※飲み物は持参する

12月27日(土)阿波踊りで本年を納めましょう!
初踊り2026.1.17(土) 11:00土橋2丁目公園

宮前第2社協すこやか活動 公園体操「この指とまれ」
毎週土曜日10:00~ 土橋第2公園にて活動中

梨の花(有馬鷺沼地区 一人暮らしの会食会)



10月23日、有馬いこいの家にて、老健レストア川崎リハビリ科・言語聴覚士による嚥下に関する講話が行われました。

*偶数月第4木曜日 10時~ 有馬いこいの家にて(宮前区有馬4-5-2)

65歳以上のお一人暮らしの方が対象です。お問い合わせ☎:856-5500



犬蔵地区防災訓練

11月8日、犬蔵中学校にて防災訓練が行われました。被災者の体験談VTRを観た後は、グループに分かれてAED操作、仮設トイレや段ボールベッドの組み立て、三角巾応急処置練習、放水訓練、煙体験等を受けました。犬蔵中学校の生徒さんも参加されていました。



土橋町内会大運動会



10月13日、富士見台小学校体育館内にて開催。フラフープリレーや徒競走、台風の目など、大人から子どもまで多くの方が楽しまれました。

土橋地域ケア圏域会議を開催しました

11月22日、土橋会館にて開催しました。町内会、新・旧民生委員、つくし会、地域住民、宮前区役所、包括合わせて34名が出席。各団体の紹介後には丁目ごとに分かれ、自己紹介を行いつつ最近の出来事や気になる事、民生委員をやって良かったことや今後の心配事などを話し合いました。これからも地域と包括・行政が連携して、地域の課題に取り組んでいけたらと思っています。



今月号のベストショット



毎週水曜 10時半よりレストア川崎にて行っている寄り道喫茶。30分程体操を行った後、皆さんで歌の会をされています。ピアノの演奏に合わせて懐かしの歌や季節の歌を歌い、時折おしゃべりもされ、楽しまれています。

第2回 パーキンソン病本人会を行いました

11月20日、レストア川崎にてパーキンソン病をお持ちの方の交流会を行いました。ご自身の症状や介護保険サービスの利用状況、ご自身の楽しみなど、様々な情報交換を行いました。付き添いで参加されたご家族様も、家事を担っていることなどサポート状況をお話いただき、現状を共有いただきました。今回は老健レストア川崎地域リハビリテーション支援拠点・西谷氏にも同席いただき、パーキンソン病のある方の日常的な困り事に対してリハビリ職の視点からアドバイスを頂くことができ、有意義な時間となりました。

*パーキンソン病本人会は不定期開催です。参加ご希望がございましたら、レストア包括までご連絡下さい。



お食事の「困った」をお助け！配食サービスのご紹介

「体が弱ってしまい、食材の買い物や調理が大変」「病気があり、食事に気を遣わなければいけない」「飲み込みが悪くて食事が不安」「少しの間だけお弁当を頼みたい」など、食事のお困り事はありませんか？そのような時に活用できるのが、ご自宅までお弁当を届けてくれる『配食サービス』です。

★配食サービスを利用するメリット★

- ・食事形態、塩分調整食や透析食などが選べ、調理負担が軽減できる。
- ・お試し利用ができる事業所が多いので、好みに合った事業所を選べる。
- ・自宅に届けてもらうことで、一人暮らしの方の安否確認になる。
- ・買い物代行サービス等を併せて行っている事業所もある。



包括にパンフレットがございますので、ご希望の方は下記番号へご連絡ください。**※取り扱っている食事形態やサービス等、細かな内容は各事業所で異なります。**



※パンフレットは一例です

職員不在の場合もありますので、来所での相談ご希望の方は事前にご連絡をお願いいたします。

レストア川崎地域包括支援センター【担当地域:犬蔵・鷺沼・土橋】

開所時間:8:30~17:30 ※日曜、年末年始を除く

〒216-0011 川崎市宮前区犬蔵 2-25-9 (老人保健施設レストア川崎内)

TEL:044-976-9590 / FAX:044-976-9591 / E-mail:rk-houkatsu@restore-k.jp



まずは
お電話下さい

