

高齢者の総合相談の窓口です

# 包括ふじしま

平成31年2月1日発行  
第19号

鶴岡市藤の花一丁目18番地1  
(ふじの花荘内)  
☎78-2370

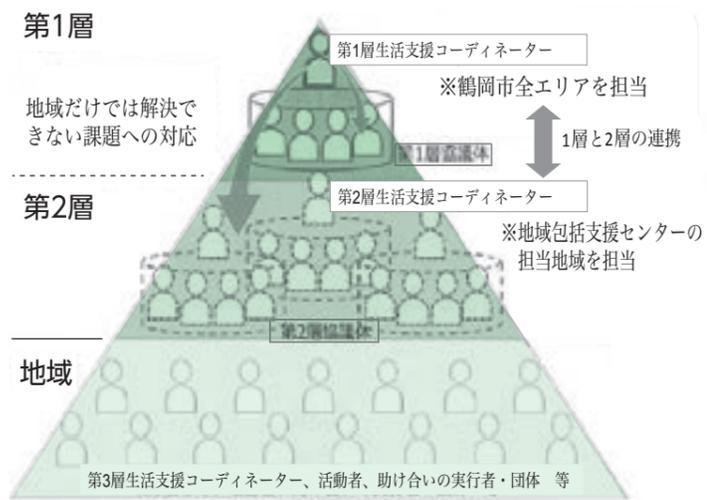
## 第2層 生活支援コーディネーターが配置されました

2000年（平成12年）に介護保険制度が始まり18年が経過しました。要介護認定を受けた人は、初年度には全国で約250万人でしたが、今では2.5倍の約650万人に急増しました。初年度に3.6兆円だった費用総額は、3倍の10兆円台に達しています。

これらの動向を踏まえ、2015年に介護保険法の一部が改正されました。その中のひとつに「生活支援体制整備事業」があります。この事業の目的は、高齢になっても社会と関わり、住民同士で支え合いながら暮らす「地域づくり」を目指すためのものです。

住み慣れた地域でいきいきと元気に暮らしていけるよう、地域の皆さんとともに話し合い、生活での困りごとに対応した、地域の支え合いの仕組みづくりを進めるものです。

鶴岡市ではこの事業を進めるために平成27年度に第1層 生活支援コーディネーターを1人、平成30年10月からは市内にある11カ所の地域包括支援センターすべてに第2層生活支援コーディネーターを1人ずつ配置しました。生活支援コーディネーターは、別名、「地域支え合い推進員」と言われています。



### 生活支援コーディネーターの役割

- 生活支援に関する困りごとに対し、情報を提供します
- サロンや通いの場などの運営や立ち上げを支援します
- 高齢者の方の社会参加を後押しします
- 地域の宝である「お互いさまの活動」をさがし情報発信します
- 地域を支える担い手を育成します
- 地域の関係者のネットワークづくりをすすめます

包括支援センターに新しく仲間入りしました。よろしくお祈りします。

《生活支援コーディネーター》  
**東海林良哉**

- ◇1955年生まれ
- ◇趣味：スポーツ観戦、美術館巡り、絵描き

## ～社会福祉士からのお知らせ～

家族の年金や貯金を勝手に使っていないですか？  
“経済的虐待”となる場合があります

本人の同意なく、勝手に家族などが本人のお金を使う



本人のお金なのに日常生活に必要なお金を渡さない、使わせない

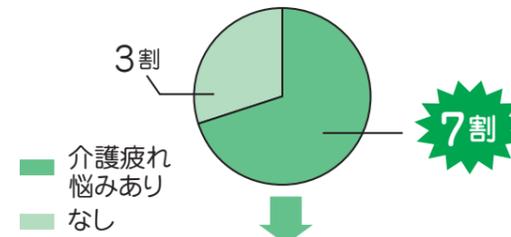


施設利用料金の支払い分を勝手に使い、滞納させる



### 県内の調べでは

介護者で虐待をしてしまった人の7割が介護疲れや悩みを抱えていた



### 介護の負担を軽くしましょう

長年の介護で、介護者が追い詰められ、虐待に至る場合があります。介護や福祉サービスを上手に利用したり、一人や家族だけで抱え込まず相談することが大切です！

高齢者虐待が疑わしい時は  
包括ふじしまが  
ご自宅に訪問します

地域で高齢者虐待  
と思われる時は  
**78-2370**  
までご相談ください  
(個人情報や秘密は守ります)



## 「町内会役員と民生児童委員との情報交換会」にて連携づくりや地区内の情報共有を行いました

民生児童委員の担当地区に分かれ、高齢者などの支援や町内会の連携に関する話し合いが行われました



地域のつながりって大事なのお！

藤島9/9、長沼1/16  
各地で開催！





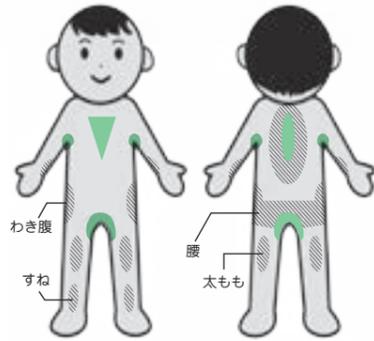
## こんにちは 保健師です!

「年だから肌がカサカサしているのは当たり前」とそのまま放置していませんか?

### 皮膚のバリア機能を守るための適切な「保湿ケア」を始めましょう

#### ステップ 1 <清潔の保持>

週に2~3回は入浴やシャワー浴などで汚れを落としましょう。タオルやスポンジなどでゴシゴシこすらず、泡で優しく洗うのがポイント。皮脂や汚れが多い部分(緑色)は石けん等を使いきちんと汚れを落とし、皮脂が少ない部分(斜線)は強くこすらないよう気をつけましょう。



■ 皮脂や汚れが多い部分  
▨ 皮脂が少ない部分

#### ステップ 2 <水分摂取>

じっとしていても体の水分は奪われます。こまめにお茶や水を飲む習慣にしましょう。



#### ステップ 3 <保湿剤の使用>

入浴後5~10分以内にクリームやローションなどの保湿剤を塗りましょう。

#### ステップ 4 <住まいの加湿>

暖房のきいた室内やコタツで長時間過ごしていると肌の乾燥が進みます。加湿器を使う、ストーブにやかんをかける、濡れタオルを部屋に干すなどし、室内の保湿を心がけましょう。



## 介護予防教室、百歳体操など

今年度もお声掛けいただき、たくさんの地区の介護予防教室やいきいき百歳体操におじゃまさせていただきました。これからも皆さんの健康長寿をのばすためのお手伝いをさせていただきますので、どうぞご利用ください。



上町、新町、駅前、中町、下町、藤の花、大川渡、谷地興屋、野田目、藤岡、須走、三和、下平形、八色木、豊栄、上新田、宮東、下通、十文字、添川全区、添川4区、千原、東堀越、平足・上川尻、下川尻、無音、関根、樺、東渡前の皆さんありがとうございました!



## ケアマネジャーコーナー

~鶴岡市徘徊SOSネットワーク~

## 「ほっと安心」見守りネットつるおか

#### どんな制度?

認知症などで行方不明になった時、あらかじめその心配のある高齢者の捜索に必要な情報を登録しておく事で、早期発見・早期保護につなげる制度です。

#### どんな人が利用できるの?

認知症により徘徊の心配のある方です。

#### 利用したいときはどうするの?

包括支援センターふじしま、または担当のケアマネジャーへお問い合わせください。



高齢者が道に迷ったり、自宅に帰れなくなってしまうことがあります。行方不明になってから時間が経つほど行動範囲が広がり、発見が困難となるため、早期発見・早期保護することが大事になります。

制度を利用することはもちろんですが、普段から、**みんなで見守り、声掛け**できるようになるといいですね。

※認知症サポーター養成出前講座申込み受付中。正しい対応を知り、声を掛けあえる地域をつくりましょう。もちろん無料です。

## 藤島で活躍するケアマネジャーを応援します!

### 「事例検討会・藤島の資源の情報交換会」開催

11月14日、藤島に3つある事業所のケアマネジャーが参加し、勉強会を行いました。参加者からは活発な意見が出され、充実した時間を過ごすことができました。



ケアマネジャーとは、在宅で介護保険を利用する方おひとりお1人を担当する、介護支援のプロです。皆さまの心強い味方です。

★今回参加した事業所の他にも、藤島地域以外の居宅事業所から、たくさんのケアマネジャーがこの藤島で活躍しています。