

# 富士岡地区 高齢者みまもりネットワーク便り

平成28年5月  
～ 第104号 ～

発行：御殿場市地域包括支援センター富岳  
〒412-0033 御殿場市神山 1925-1193  
電話 87-6873 FAX 87-7122  
メール tiiki-houkatu-fugaku@etude.ocn.ne.jp



## 熊本地震から学ぶ地震対策

4月14日から続いている熊本地震において、犠牲になられた方のご冥福をお祈りし、被害にあわれた方へ心よりお見舞いを申し上げます。

熊本県出身のセンター職員が4月末に現地に向かい、地震発生から4月末までの状況を確認してきました。御殿場市では、東海地震に備えた訓練が各地区で毎年開催されているため個々の対策はとられていると思いますが、熊本からの声を参考に不足しているところを再点検して頂ければと思います。



阿蘇神社

### 地震発生直後に必要だった物

- ・懐中電灯
- ・ラジオ
- ・スマートフォン
- ・上着
- ・毛布



### 現場の声

- ・すぐに停電したため「何も見えない」「情報が無い」と不安だった。懐中電灯、ラジオがあっただけ良かった。
- ・電話は使えなかったが、スマートフォンのから情報を得ることができた。フェイスブック、LINE（ライン）は貴重な情報源となった。避難所に若い世代がいるとありがたい！！
- ・夜中の避難だったので、寒かった。車の中に毛布を入れておけば良かった。

### 地震発生翌日から2～3日まで

- ・水 ・米 ・お菓子
- ・塩 ・ふりかけ
- ・インスタント食品
- ・卓上コンロ
- ・紙おむつ
- ・ティッシュ、ウエットティッシュ
- ・車でできる携帯充電器
- ・歯ブラシ
- ・ブルーシート



- ・農家が多い地区は、米や野菜を自宅から持ち寄って支援物資が届くまで何とか耐えた。塩やふりかけがあればよかった。
- ・オール電化の家は、停電に弱い。卓上コンロは必要！！ペットボトルやパンの支援物資は比較的早い時期に来たが温かいものが口にできず辛かった。カップラーメンやインスタントコーヒー、お茶が恋しかった・・・。
- ・甘い物が避難所の場を和ませた。
- ・停電が解消したのは6日目。携帯電話の充電が困った。車のエンジンで充電できる充電器が役に立った。
- ・屋根や壁の雨対策にブルーシートが必要だった。

### 4日目以降・・・

- ・日にちがたてばたつほど避難所生活のストレスが高くなってきます。「物資」よりも健康相談や体操などを行う「人」が必要ですが、全く人手が足りないのが現状でした。中学生の自主的なボランティア活動が、避難所に明るさを与えてくれました。
- ・決められた避難所にいれば、食糧や日用品の支援を比較的早い段階から受けることができました。また、ケアマネジャーや地域包括支援センター職員と連絡が取れない高齢者も避難所にいることで安否確認ができました。近所同士の支え合いが、避難時も避難生活が始まってからも重要でした。



崩れた道路



## 先月の相談より



「認知症と診断をされた親が、最近自宅に引きこもっています。私達家族としか話をしないので、本人も可哀想ですが、私達も同じ話ばかりを聞かされ、うんざりしています。何か良い方法はありませんか？」という相談がありました。



すぐに訪問をしました。警戒心が強かったので「健康相談で訪問させて頂いています。」と挨拶をさせて頂きました。ご本人より「丁度認知症にならないためにどうしたら良いか相談をしたかった。まだ私は認知症ではないけれど。」と話があったので、面談はスムーズに行うことができました。介護保険制度の説明をし、介護保険の申請をされ、デイサービスを利用されることになりました。デイサービスでは、昔の友人との再会もあり楽しく過ごされているようです。

「親が癌の末期と診断されました。しかし、認知症も発症し長期間の入院は断われました。自宅では介護する人がいないため、連れて帰ることができません。どこか入所できる施設または、入院できる病院を教えてください。」という相談がありました。



家族の同意を得た上で、入院先の医療機関の相談員と話し合いました。

いつ急変してもおかしくない病状なので、介護者のいない自宅で生活を行うことは難しいということでした。介護保険施設に問合せをし、①癌末期であること、②認知症であること、③これから介護保険の申請をすることの3点を受け入れて下さる所を探し、ご家族と医療機関へ情報提供しました。



## 富士岡はつらっクラフ

～巡回バス時刻表～

5月11日(水)、18日(水)、25日(水)



富士岡地区にお住まいの方なら、どなたでもご利用いただけます。お気軽にのぞいてみてください。



場所：富士山マルシェ  
JA 神山支店となり(元、A-COOP)  
時間：午前10時～正午  
連絡先：地域包括支援センター富岳  
電話：87-6873 (担当：吉田)

### 1号車

菟公民館(9:30) ⇒  
南御殿場駅(9:35) ⇒  
富士岡駅(9:40) ⇒  
大坂コミセン(9:45) ⇒  
旧町屋公民館(9:50) ⇒

### 2号車

中清水コミセン(9:30) ⇒  
萩蕪公民館(9:35) ⇒  
沼田公民館(9:40) ⇒  
二子公民館(9:45) ⇒  
高内報徳会館(9:50) ⇒  
尾尻老人憩いの家(9:55)

## 5月・6月の健康相談会・血圧測定会

### ◆マックスバリュ富士岡店

5月16日(月)・6月16日(木) 午前10時～正午まで

### ◆富士山マルシェ(御殿場農協神山支店となり)

毎週金曜日の午前10時～正午まで

