

# 富士岡地区高齢者みまもりネットワーク便り

回覧



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

平成29年1月  
～ 第112号 ～



今年は酉年です。「酉」は、「とり」と読みますが、実際には「にわとり」のことです。「酉」という漢字は酒つぼを描いたもので、「酒」に関する字に使われてきました。収穫した作物から酒を抽出するという意味や、収穫できる状態であることから「実る」ということも表します。そのことから、果実が成熟した状態を表しているとされています。にわとりは人に時を報せる動物。「とり→とりこむ」で、商売に繋がるとされています。行動力があり、積極的。親切で世話好きであるという意味もあるそうです。

今年介護保険制度改正により、様々なことが変わります。『地域で暮らす、地域で助け合う』と言うことが重要です。酉年の意味にあるように、地域全体で親切な思いやりのある行動を積極的に行いましょう！！

私達、地域包括支援センター富岳も職員一同、皆様の地域づくりのお手伝いをさせていただきます。今年もよろしくお願い致します。

## 富士岡の元気印さん！！



三宅 百合子 さん 92 歳

(町屋区)

＜元気の秘訣＞

「毎日体操をしたり、テレビ番組を見たり、好きなことをしています。食事は、腹八分目でおかずとご飯を偏らないように気をつけながら食べています。生野菜を食べたり、コラーゲンやヒアルロン酸を飲んでいることも元気の秘訣かもしれません。」

## 「元気になろう会」の紹介

御殿場市では、市役所が主催する介護予防リーダー養成講座を受講された方が中心となり、各地区で「元気になろう会」が開催されています。どなたでも参加できます。体を動かすことが億劫になる季節です。顔なじみの人達と一緒に参加してみませんか。

かまど	第4金曜日 午後1時30分～3時 会場：かまど報徳会館
中山上	第4木曜日 午前10時～11時30分 会場：中山上区公民館
中山下	第3金曜日 午前10時～11時30分 会場：中山中央公民館
富士見原	第2木曜日 午前10時～11時30分 会場：富士見原集会所
町屋	第2月曜日 午前10時～11時30分 会場：町屋中央公民館
神山	第1、第3水曜日 午前10時～11時30分 会場：神山区公民館



# 先月の相談より

「家族が食事もできなくなり、寝てばかりいます。どうしたら良いでしょうか？介護のサービスなどは受けたくないと言っています。」とご家族より相談がありました。

「自宅での生活を続ける」「自宅で最期の時間を過ごす」ということは、とても大切なことですが、きちんと人としての生活を守れることが前提となります。医療・介護の支援を受けながら、ご自身の生活を守っていきましょう。

「親が入院していましたが、退院をする事になりました。元々、親子関係が良くないので、退院後の生活を見ることは難しいと思います。高齢な父と母の生活になるので、介護保険で全て面倒を見てもらいたいのですが・・・」という相談がありました。

介護保険制度の中では、『家族としての役割』も明記されています。家族としてやるべきことは何なのか？地域包括支援センターやケアマネジャーさんと話し合ってみることも大切です。

訪問をし、ご本人の状態を確認しました。約2週間、食事らしい食事は摂れていなかったとのことで、衰弱している状況でした。「自宅で静かに死にたいから帰ってください。」と、最初ご本人は介入を拒否されました。時間をかけて話をし、このままでは最悪の事態が生じた際に、警察沙汰になってしまいご本人もご家族も苦しい思いをしなければならないことを伝えました。その後、入院をして治療を受けることに同意をされたので、主治医の先生に連絡をし、入院の手続きをしていただきました。その後、退院の目処が立った時に、速やかに介護保険サービスが導入できるよう、介護保険の申請を行いました。

ご本人夫婦も、「子供は私達の面倒を見る気なんてないのであてにしていません。自分達でできる範囲で生活するから大丈夫。」と覚悟を決めておられました。介護保険制度や御殿場市の福祉サービスの説明、更に民間企業が行っているサービスなどを紹介しました。その後、子供さんも交えて、介護保険等のサービスで補えることと、ご家族が行うべき事について説明をしました。全員納得され、通院や買い物は、子供さんの支援を受けることになりました。



## 富士岡はっらっクラフ

富士岡地区にお住まいの65歳以上の方を対象にした教室です。運動、頭の体操などをみんなで楽しみませんか！！

- ◆女性・男性混合  
1/11、1/18、  
2/1、2/8、2/15
- ◆男性のみ  
1/25、2/22



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) ⇒
  - 大坂公民館 (9:45) ⇒
  - 町屋公民館 (9:50)

- 2号車
- 中清水公民館 (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)

## 1月・2月の健康相談会・血圧測定会

### ◆マックスバリュ富士岡店

1月16日（月）・2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

