

富士岡地区高齢者見守りネットワーク便り

発行：御殿場市地域包括支援センター富岳

令和元年9月
～ 第144号 ～

〒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



地図で見る助け合い

住民支え合いマップ作り

少子高齢化が進み、一人暮らしや高齢者世帯が増えてきています。そこで、ご近所さんのちょっとした手助けや見守りにより、安心して暮らしていけるようにすることを目的に、御殿場市でも住民支え合い活動の取り組みを始めました。

富士岡地区では、かまど地区の50世帯を対象に民生委員や地域住民の協力をいただいて、8月に第1回目の住民マップ作りを開催しました。そこではご近所同士のつながりや、助け合いの実態を調べるために地図を用いて線で結ぶ作業を行い、みえる化をしました。それにより、ご近所の方を気にかけて手助けしてくれる方がいることや、道路1本を隔てると、ご近所でも交流がないことが分かりました。住民同士で地域のことを考える良い機会となりました。

次回は、近所との関りがなく、気になる方の見守りや支援方法を検討しながらマップ作りを継続していきたいと考えています。

祝 敬老の日

9月17日の敬老の日を迎えられる皆様に心からお祝い申し上げます。

皆様方が激動の戦前戦中戦後、そして日本の礎を築いてこられました。誠に有難うございます。長い年月を振り返られるといかがでしょうか。何が一番の思い出になりますか？

今や人生は百年時代を迎えようとしています。一人では難しいことも、地域の繋がりを大切にして皆で支え合っていきましょう。地域包括支援センターも微力ながら皆様をお手伝い致します。



皆さんは、いざという時のために、どんな準備をしていますか？

非常持ち出し袋はありますか？中には何が入っていますか？食品や水の消費期限は大丈夫ですか？一年に一回は非常持ち出し品の確認、避難経路、緊急時の連絡先や連絡方法などを確認しておきましょう。

<持ち出し品に入れてほしい物>

- ・薬の手帳
- ・めがね
- ・歯ブラシ
- ・義歯ケース
- ・小銭
- ・乾電池（単1、単3、単4）
- ・毛布やバスタオル

※携帯電話が通じなくなった時のために、大切な人の連絡先はメモに残しておきましょう。

「先日、病院から退院しました。早急に自宅内に手すりが必要です。そのため介護保険は申請しましたが、まだ、認定結果は出ていません。今後、どのようにすればよいでしょうか？」と相談がありました。

住宅改修を行う場合は、介護認定を取得することが前提です。改修工事をする前にケアマネジャーに相談し、必要書類を事前にそろえ、市に申請し許可ができれば工事が可能となります。

<注意点>

- ・見積もりは2社取る必要があります。
- ・住宅改修は在宅にいる方が対象。
- ・介護保険申請中、工事をしたい場合は注意が必要です。



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！！



水曜日コース

9/4 9/18.

送迎バス1便

南御殿場駅 (9:30) ⇒
中山上公民館 (9:35) ⇒
富士岡駅 (9:40) ⇒
大坂コミセン (9:45)

送迎バス2便

富士岡公園 (9:40) ⇒
栃窪バス停 (9:45)

金曜日コース

9/13

送迎バス1便

神山平1丁目 (9:40) ⇒
高内公民館 (9:45) ⇒
尾尻公民館 (9:50) ⇒

送迎バス2便

中清水コミセン (9:40) ⇒
沼田直売所 (9:45)

水曜日(男性)コース

9/11 9/25

送迎バス1便

南御殿場駅 (9:30) ⇒
中山上公民館 (9:35) ⇒
富士岡駅 (9:40) ⇒

場所：富士山マルシェ
※JA神山支店となり
(元A-COOP)

※10月以降の予定は富士山マルシェにて配布しています。

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

9月・10月の健康相談会・血圧測定

9月6日(金)・10月16日(水) 午前10時～正午まで

マックスバリュ富士岡店

※お買い物の帰りにお立ち寄りください。参加費は無料です。

