

# 富士岡地区高齢者みまも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  
 〒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

令和2年12月 第159号



## 「介護の日」の啓発活動を行いました

11月は介護月間です。例年であれば介護の日のイベントを地域包括支援センターでも行っていましたが、今年度は新型コロナウイルス感染症が拡大している状況を受けイベントは行わず、富士岡地区で行なわれている「元気になろう会」の場で少しの時間を頂いて、介護の日の啓発活動を行わせていただきました。

一般の方々に介護に関する理解を深めていただき、介護について考える機会になるようお話をさせていただきました。いずれ自分自身も介護する側、介護される側になる時が来るかもしれません。今はまだ、介護が身近でない方、これまでに親の介護をしてきた方など様々でしたが・・・  
 皆さんも「介護について」家族と話をする機会を持ってみましょう。



## 御殿場市高齢者地域ケア会議委員会が開催されました

地域ケア会議とは… 高齢者個人への支援の充実と、それを支える社会基盤の整備を進めることを目的としています。

「今回は、令和元年度に実施された各地域ごとの地域ケア会議・圏域会議より見えてきた地域課題について話し合いが行われました。」

### 内容

認知症への理解、徘徊への対応、在宅生活の限界の見極めの難しさが地域課題として上がりました。御殿場市では認知症への取り組みとして認知症サポーター養成講座は行なわれていますが、この講座を更にステップアップしていく必要があることが分かりました。  
 また、夜間の独居高齢者に問題が生じた時の支援についての意見があり、今後、体制作りを検討していくことになりました。

コロナ渦の中、思うように圏域での地域ケア会議を開催することができずにいますが、しっかり感染予防対策を行ないながら会議開催し地域を見ていきたいと思っております。



富士見原カフェで  
出前講座の依頼を受けました

11月19日に富士見原カフェで、**インフルエンザ対策**と**口腔ケア体操**についてのお話をしてほしいとの要望があり、お話をさせていただきました。

新型コロナウイルス感染症が広がる中、皆さん感染対策について熱心に聞いてくださいました。特に**手洗い**が大切なので、参加された方と一緒に手洗いの仕方を復習しました。



ウイルス等の感染予防

手洗い



地域からの出前講座を希望される方は依頼を受けさせていただきますので、お気軽にご連絡下さい。

実態把握のための**訪問**にご協力ください

御殿場市では、ご自身の今の状態を振り返り、生活機能の維持向上と健康づくりに役立てていただくための調査として、今年度、対象の方に「介護予防のための基本チェックリスト」を配布し、回答いただいた方には個人へのアドバイス表を送っています。予防が必要な方には御殿場市から委託を受けている地域包括支援センター富岳がご様子を伺いに訪問させていただいております。

事前に、いつ頃訪問するか、ハガキを送付させて頂いていますので、対象となられた方はご理解とご協力をお願いいたします。

サービスの勧誘では  
ありませんので、ご安心下さい。



## 認知症カフェ みかんの木

認知症カフェとは、認知症の方、その家族や友人、地域住民が気軽に集える場所です。お茶を飲みながら参加者同士で交流を図り、認知症や健康管理等の知識を得ていただき、不安の解消、情報収集をする場として参加してみませんか？



カフェタイム  
談笑

ゲーム

個別相談

12月11日

ミニ講話「冬の病気に気をつけよう」

1月8日

ミニ講話「冬の過ごし方」

2月12日

ミニ講話「軽度認知症 早めの気づきが大切です」

3月12日

ミニ講話「健脳エクササイズ」

※新型コロナウイルスの影響で中止することがありますので、参加を希望される方は、事前にご連絡ください。

場所：富士山マルシェ（元 A-coop 神山）

時間：午前10時～11時30分

連絡先：地域包括支援センター富岳

連絡先は 0550-87-6873 まで。

健康相談会・血圧測定会

マックスバリュ富士岡店

12月16日(水)・1月6日(水)

午前10時～正午まで

※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。