

北部1地区

地域包括支援センターだより

～きらきら～

特集：

- ◆新浜いきいき教室 何でも挑戦！
- ◆萬寿会 レクで介護予防
- ◆ケアマネ連絡会
- ◆高齢者の消費者被害について

◆新浜いきいき教室 何でも挑戦！

魚市場の会議室を利用して、毎月活動されています。

体操や健康講話など、新しいことも積極的に取り入れています！



リハビリ専門職からの運動指導



骨密度を測定



健康維持・増進のために勉強『血糖コントロール』について



ダスキンさんから転倒予防のアドバイス



☆地域包括支援センターは、地域での介護予防の取組のお手伝いをしております。

みなさんの地域でも始めてみませんか？

◆萬寿会 レクで介護予防

萬寿会では

介護予防のため、運動や脳トレなどのレクリエーションを行なっています。合間でお茶を飲みながらおしゃべりをして、和気あいあいと楽しい雰囲気の中で活動しています。



体力測定と健康運動指導士からの運動指導



全身を使ったレクリエーション



◆ケアマネ連絡会



今年度も、地域のケアマネジャーと勉強会を行いました。医療連携では、『クオール薬局』様よりお薬ロボットについて、社会資源として『とくし丸』様より移動販売、『エーザイ』様より認知症薬について、制度の活用をテーマに『生活安定資金』『日常生活自立支援事業』について講師を交えて学びました。

ケアマネジャー同士の情報交換、交流を行っています。

◆高齢者の消費者被害について

高齢者は「お金」「健康」「孤独」の3つの大きな不安を持っているといわれています。悪徳業者は言葉巧みにこれらの不安をあおり、親切にして信用させ、年金や貯蓄などの大切な財産を狙っています。高齢者は自宅にすることが多いため、電話勧誘販売や家庭訪問による被害にあいやすいのも特徴です。

～詐欺被害にあわない為の対策として～

- ・知らない電話番号には出ない(迷惑電話防止付き電話)
- ・業者などには、連絡先を含め個人情報教えない
- ・「必ず儲かる」などの甘い言葉を信用しない
- ・一人で判断して購入や契約をしない

少しでも怪しい、心配と思う時は一人で悩まずに相談しましょう。

【相談窓口】

塩釜警察署

☎022-362-4141

宮城県消費生活センター

☎022-211-3123



◆編集後記



日差しが春めいてきましたが、まだまだ寒い日が続きますね。こたつに入りながら認知症サポーターキャラバンマスコットキャラクター「ロバ隊長」を製作中。出来上がりを見ると、同じオレンジ色のロバ隊長でも、大きさが違ったり表情も笑っている様に見えたり1つずつ違いがあり、個性を楽しんで作っています。(T・D)