

# 西ほうかつ便り



## 池田地区

# 高齢者学級

令和3年1月21日 西公民館にて

池田地区高齢者学級の皆様へ認知症予防に大切な事、健康寿命を延ばすためのポイントなどをテーマに高齢者学級に参加しました。



“フレイル”の意味について伺うと「虚弱」と答えていただいた参加者も多く、フレイル・介護予防について少しずつ周知されてきている印象を受けました。今後も定期的に地域の方と顔を合わせながら、相談しやすい関係性を築いていきたいと思えます。

## 貢川地区 民生委員児童委員 定例会議の様子



令和3年1月22日  
貢川悠遊館にて

顔の見える関係作りの一環から貢川地区民生・児童委員定例会に参加しました。貢川地区担当職員紹介の後、笑顔ふれあい訪問サポート事業についての理解を深めていただきました。ヘルパーとサポーターの違いは？民生委員としては具体的に何をすればよいか？等の質問が挙がりました。今後も地域の困り事に耳を傾け、地域の皆様に根差したサポートに努めていきます。

石田地区福祉推進員へ高齢者虐待防止について理解を深めていただきました。

なぜ高齢者虐待が起きてしまうのか？早期発見のためのポイント等、事例を交えながら説明いたしました。西包括の役割に対し、すでにご存じの方も多かったです。今後も関係づくりを深め、共有を図っていききたいと思います。



✓福祉推進員とは、生活上の困りごとなどを抱えている方々の問題解決に向けて、民生委員、自治会長及び自治会関係者(組長)などと一緒に地域ぐるみの支援活動に取り組む、地区社会福祉協議会に所属するボランティアさんの事です。

NEW

4月より1名の職員が入職しました。  
よろしくお願い致します。

甲府市西地域包括支援センター

☎055-220-7677



社会福祉士  
大村

皆様はじめまして。この春より西包括支援センターに入職いたしました、社会福祉士の大村祐司と申します。

社会福祉士として地域包括支援センターでの勤務経験があり、病院等では医療相談員、また、介護職員としてもしっかり経験を積んできました。

幅広い福祉の現場をより近くで実践してきた事が強みです。その経験を活かしながら西地域の皆様の為に、精一杯頑張っていきたいと思っております。よろしくお願い致します。

西ほうかつとは？

\*対象エリア 池田・貢川・石田・新田地区

\*利用料金 無料

主任ケアマネジャー・社会福祉士・

保健師(経験のある看護師)

等で、対象エリアにお住まいの高齢者に関するご相談をお受けします。

7名の職員が在籍しております。

お気軽にご相談下さい。



“お知らせ”

西ほうかつ開所時より、センター長ならびに主任ケアマネとして活躍しておりました滝花職員が、この春より法人内のサービス部門へ異動となりました。

長い間、西地域住民の皆様はじめ、各事業所の皆様には大変お世話になりました。少しさみしくはなりますが、今後とも皆で力を合わせて頑張っていきたいと思っております。

## ～編集後記～ 季節の変わり目に要注意！体調を崩しやすい高齢者の体調管理

加齢により体温を調節する機能が低下している高齢者は、暑さや寒さに適応することが難しくなり、特に季節の変わり目は気温の変化が大きく、体調を崩しやすくなります。

冬季に自宅で起こりやすいヒートショックと同等で、気温差が激しくなると脳卒中や心臓病のリスクが高まります。日頃の対策としては、気温に合わせて服装を変えていくなどこまめな体温調整、無理なく運動をしながら汗をかくこと、そして水分を多めに摂るなどをこころがけましょう。