



第2にしぼっぼ新聞

地域ケア推進圏域会議

「ちょい足し活動応援プログラム」を広げていくために



毎日の暮らしにちよつとした楽しさや、趣味をプラスする「ちょい足し活動応援プログラム」が市内で本格スタートしました。

◆「ちょい足し活動」で
フレイル予防



この活動を広げていくことを目的に、8月26日（水）に柏地域医療連携センターにて「地域ケア推進圏域会議」を開催、旭町・新富地域の地区社協や民生委員、ケアマネなど支援手の方々27名が集まり、活発な話し合いが行われました。



会議では「人材不足」や「移動手段がない」、「情報の壁」といった課題がある一方で、「小さな集まりの促進」や「移動サロン」、「乗車マッチングサービス」、「できることに着目して生かす方法を見つける」、「認知症の理解を広げる」といった今後の活動のヒントになるような意見がたくさん上がりました。

「ちょい足し活動」に「趣味・関心や、自分も相談してみたいという方がいらつしやいましたら地域包括支援センターまでご連絡ください。」

できることを、ちよつとずつ
柏西口第2地域包括支援センター



所長 南良 奈津子

地域ケア推進圏域会議を開催しました。地区社協や民生委員、サロン・ききえあい活動に取り組む方、ケアマネジャーなど、地域で活動されている多くの皆さんにご参加いただきました。

今回は「ちょい足し活動」をテーマに意見交換をしました。地域でのちよつとした活動や人とのつながりが、その人の元氣や生きがいにつながるということがあります。そのような方が、できること、やってみたいことに合わせて地域につないでいこうという取り組みです。

「地域で支える側にも負担がある」という率直な意見もありました。形にとらわれず、できる人が、できる時に、できることを少しずつ。そんな「ちょい足し」が重なり、無理なく続く地域のつながりになればと思います。

介護保険制度 Q&A

“ちょい足し活動”って、な～に？



「ちょい足し活動応援プログラム」は柏市が実施する介護保険法に基づく生活支援体制整備事業です。

生活支援体制整備事業は介護保険サービスだけでフォローできないところを住民主体の活動で支えあう取り組みで、要介護になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを最期まで続けられるようにする地域包括ケアシステムを構成する一つとなっています。

私たちが皆様の元気を応援します！
お気軽にお声がけください。



新富地域担当 旭町地域担当

福祉協議会・地域いきいきセンターの生活支援コーディネーター（写真）が特技や興味、関心などをもとに無理のない活動を提案します。

9月21日「認知症の日」

日本では2024年1月施行の「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」により9月を「認知症月間」、9月21日を「認知症の日」と定めています。当センターでも地域の方々に認知症を理解していただくため、イオンモールや近隣センターにポスターの掲示やパネル展示コーナーの設置、また、オレンジフレンズさんたちと一緒にイオンモールにて啓発品の配布を行いました。

今、認知症を「何も分からない、できない人なので家族が決める、外は危険だから家から出さない、施設に入れるのが一番」といった古い認知症観からの転換が求められています。

認知症でもあっても、「分かること、できることが豊富にあり、何よりも自分のことは自分で決められる」ということを訴えたのは認知症当事者の方でした。当事者の方が訴えてきたことは「新しい認知症観」として、わが国の認知症施策の理念となっています。



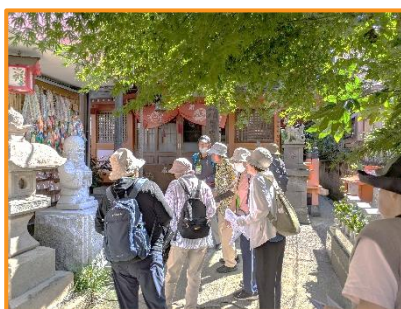
認知症でもあっても、「分かること、できることが豊富にあり、何よりも自分のことは自分で決められる」ということを訴えたのは認知症当事者の方でした。当事者の方が訴えてきたことは「新しい認知症観」として、わが国の認知症施策の理念となっています。

今年の夏は酷暑の中のご来店を避けるため、8月のイオンでのウォーキング講座「レッツゴーウォーキング」は休止としましたが、フレイル予防のチャンスは持ちたいと、8月24日からの5日間だけはイオンモール柏の協力もあり「多世代交流イオンモールdeラジオ体操！」を実施し、たくさんの方にご参加いただきました。

フレイル予防の秋



当センターのウォーキング講座では、今年度は新しい試みとしてモールから飛び出し屋外を歩く「実践講座」を10月8日に実施しました。当日は秋晴れのよい天気、南柏の旧水戸街道の神社仏閣などを巡りながら「ブラタモリ」しました。



イオンモール⇒南柏駅方面を巡りました

読者アンケートにご協力ください



よりよい紙面づくりのためアンケートにご協力ください。



左のQRコードをスマホで読み取りご回答いただけます。

