



自治会等の活動は、「地域で人と人とのつながりをつくる」という大切な役割を果たしています。誰もが安心して暮らせる地域にするためには、全世帯が加入し、みんなで協力し合うことが望まれます。

自治会の役割って？

防災活動	いつ起きるか分からない災害に備えて、隣近所で助け合う協力体制を強化するため、自主防災組織をつくっています
交通安全活動	交通事故ゼロをめざし、子どもや高齢者の安全を守るための交通安全活動や交通ルールのマナー啓発を行っています
情報共有活動	行政機関からの生活情報や、町内会からの地域情報を回覧板や掲示板を使って、地域住民に伝えています
美化活動	キレイなまちづくりのため、ゴミ収集所の維持管理、資源分別収集、公園や道路の清掃、草刈りや雪かきなどを行っています
防犯活動	非行や犯罪のない安心して暮らせる街をめざし、地域を巡回する『防犯パトロール』や防犯灯の設置、維持管理など、犯罪の防止活動を行っています
地域交流活動	おまつりや盆踊り、サークル活動など、地域住民が気軽に参加できる行事をひらき、地域のつながりを深める取り組みをしています

職員紹介

お題：春に向けて...



所長 常野
リベンジ成功!!
息子とおもちゃ
ドローンで遊び
ます!

介護支援専門員 花田
暖かくなったら色
んな所へ遠出をし
ます!

主任 介護支援専門員 吉田
函館山登山を
楽しみます!!

社会福祉士 梶川
もう一つ趣味を
増やします

社会福祉士 堀内
センター内の植
木や花を増やし
ます!(家では
やらない)



センター内
には一足早
い「春」がき
ています♪

保健師 庄田
なにか楽しみを
増やしたいです

保健師 若杉
庭仕事が
楽しみです

主任 介護支援専門員 鳥谷部
漠然と何かやろう
とは思ってませ
うけど

事務 佐藤
健康と美容のため
にウォーキングを
始めたい...です



ご相談・講座の受付などは

高齢者あんしん相談窓口 函館市地域包括支援センター 亀田

函館市昭和1丁目23番8号

(かめっこ保育園 2階)

営業日 月曜日～土曜日(祝日・年末年始除く)

電話 (0138) 40-7755
FAX (0138) 40-7766

営業時間 8:45～17:30

お気軽に
ご連絡
下さい。



包括

かめだより

第9号

広報紙:平成31年3月発行

高齢者あんしん相談窓口
函館市
地域包括支援センター亀田

発行責任者:常野 剛永

日頃より当センターの活動にご理解、ご協力いただき、有難うございます。地域包括支援センター亀田では、地域の総合相談の窓口として様々なご相談を受けつけています。『生活の困りごと』『介護のこと』『健康のこと』など、どんな些細なことでも構いませんので、お気軽にご利用ください。

地域ケア会議を開催しています!

地域の課題や見守り体制、地域での活動などについて意見交換したり、取り組みについて検討しています。これからも地域のことについて皆さんと一緒に考えていきたいと思っておりますので、宜しくお願いいたします。



《石川町》

在宅福祉委員、福祉施設と学校とのネットワークを構築しています。災害時の備えや協力体制、連携方法などについて意見交換するなど、活発な話し合いとなりました。

《美原》

団地とその周辺地域での支援や交流の実際について情報共有しました。今後は見守り体制や地域づくりについて検討し、活動を計画していくことになりました。



《昭和》

認知症高齢者の支援や見守り、その連携方法などについて意見交換しました。一人暮らし高齢者の行事などについて今後の協力体制を確認することができました。



包括支援センター亀田の担当地域は

・赤川町 ・赤川1丁目 ・石川町 ・亀田中野町
・昭和1～4丁目 ・北美原1～3丁目 ・美原1～5丁目です



町名	高齢者人口	高齢者率	町名	高齢者人口	高齢者率
美原1丁目	575	30.0%	北美原1丁目	305	24.7%
美原2丁目	964	33.2%	北美原2丁目	450	31.5%
美原3丁目	950	27.0%	北美原3丁目	371	33.5%
美原4丁目	908	37.6%	石川町	875	17.2%
美原5丁目	811	36.7%	昭和1丁目	563	29.2%
赤川町	523	34.6%	昭和2丁目	806	30.9%
赤川1丁目	621	34.9%	昭和3丁目	662	28.6%
亀田中野町	189	31.0%	昭和4丁目	792	22.8%

※平成31年1月末現在 65歳以上人口のみ抽出

高齢者虐待について

高齢者虐待はどこでも起こりうる身近な問題です。

高齢者虐待を未然に防ぐためには、高齢者や介護している家族が孤立しないようにすることが大切です。

地域の中で、小さな変化にも気づけるように、日頃から見守り、あいさつなどの声かけ、さりげない手助けなど、一人ひとりが気軽にできることから始めましょう。

こんな事が虐待にあたります！	
身体的虐待	<ul style="list-style-type: none"> 殴る、つねる、蹴る、やけど・打撲させる 無理やり食事を口に入れる ベッドに縛り付けたり、意図的に薬を過剰に服用させて、体の動きを抑制する
心理的虐待	<ul style="list-style-type: none"> 怒鳴る、ののしる、悪口をいう 話しかけているのに意図的に無視する
経済的虐待	<ul style="list-style-type: none"> 生活費を渡さない、使わせない 自宅など、本人の財産を無断で売る 年金や貯金を本人の意思や利益に反して使用する
性的虐待	<ul style="list-style-type: none"> 排泄の失敗に対する罰として、下半身を裸にして放置する わいせつな行為をしたり、強要する
介護、世話の放棄 (ネグレクト)	<ul style="list-style-type: none"> 入浴させず、異臭がしたり、皮膚が汚れている 食事や水分が十分に与えられず、脱水や栄養失調の状態になっている 室内がゴミだらけ等、劣悪な環境で生活させている

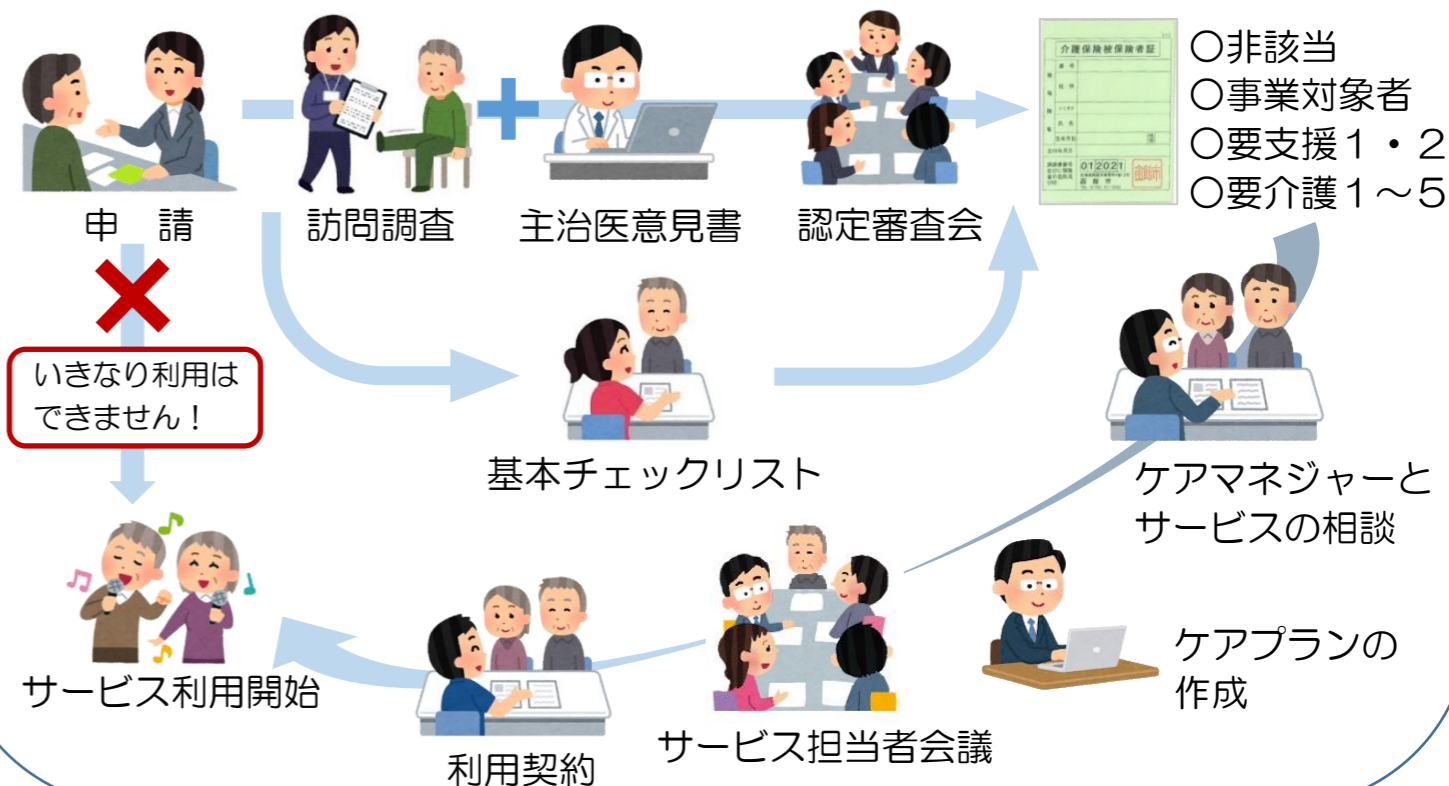
主な虐待のサイン
身体に小さな傷が頻りにみられる
急におびえたり、恐ろしかったりする
『怖いから家にいたくない』等の訴えがある
不規則な睡眠(悪夢、眠ることへの恐怖、過度の睡眠等)を訴える
年金や財産収入等があることは明白なのに聞かず、お金がないと訴える
居住部屋、住居がきわめて不衛生になっている、または異臭を放っている
寝具や衣類が汚れたままの場合が多くなる
高齢者の世話や介護に対する拒否的な発言がしばしばみられる
介護者が高齢者に対して、過度に乱暴な口をきかせる
自宅から高齢者や介護者、家族の怒鳴り声や悲鳴、うめき声、物が投げられる音が聞こえる

「高齢者虐待防止法」では、虐待に気づいた人は速やかに通報する事が義務付けられています。おかしいな、と思ったら迷わずに函館市役所、地域包括支援センターへご連絡を！



介護サービスの利用開始までの流れ

介護が必要になった場合、要介護/要支援認定もしくは事業対象者の認定を受ける必要があります。又、認定を受けて直ぐに介護サービスを利用できる訳ではなくケアマネージャーによるサービス調整やケアプラン(介護サービス計画書)の作成、事業所との利用契約など事前の手続きが必要になります。



ご存知ですか 緊急通報 システム



函館市では、緊急時に機敏に行動することが難しい方や、持病があって突発的に生命に危険な症状のある方を対象に、急病・火災・事故などの緊急時に簡単な操作で消防などへ通報できる装置を貸し出し、設置しています。

【対象となる方】

- ひとり暮らしまたは高齢者のみの世帯で、健康上の理由や加齢により、緊急事態に機敏に行動する事が難しい方
- ひとり暮らしで、突発的に生命に危険な症状が発生する持病のある方
- 85歳以上のひとり暮らしで、日常生活に不安を抱えている方
- ひとり暮らしではないが、生活時間の大部分が一人きりである方や世帯員のいずれもが緊急事態に機敏に対応できない方 等

設置には申請が必要になりますので、お住まいの地区の担当地域包括支援センターにご連絡下さい。

職員が自宅訪問し、ご利用条件(電話回線がNTTのアナログ回線であること、緊急時に協力員の協力が得られること 等)を詳しく説明いたします。包括支援センターにて条件などを確認した後、函館市へ申請します。

機器の大きさはおよそ縦16cm、横22cm、高さ5cmです。設置には配線等のために壁に穴をあける等の工事が必要なことがあります。



一緒に作りましょう! 健康づくり教室

包括支援センター亀田と一緒に健康づくり教室をつくって参加して下さる方を募集しています。地域で何か活動してみたいと思っている方、ボランティア活動してみたいと思っている方など・・・まずは「できるかな?」という相談や質問でもお気軽にどうぞ!

健康づくり教室ってどういうもの?

月に2回程度、地域の住民に集まってもらい、健康に関するお話しや体操、運動などを行います。運動と外出の機会や集いの場にもなっています。

