

かめだより

NO.4



所長



常野

保健師



若杉



庄田

主任ケアマネジャー



鳥谷部



吉田



佐藤

社会福祉士



牧野



堀内

事務員



本間

～ 出前講座のご案内 ～

当センターでは皆様への情報発信や広報啓発を目的に出前講座を開催しています。グループや団体のイベント、研修会や勉強会の一コマ等、ご相談に応じて開催していますので、お気軽にお問い合わせください！

費用 原則、無料です

時間 30分～90分程度

介護予防
転倒予防



高齢期の
住まい



認知症の
理解と予防



地域の見守り



消費者被害
について



感染症の
予防



介護保険
のしくみ



栄養と
口腔機能



※感染症の感染拡大予防のため、マスクの着用、手指消毒、換気の徹底などをご協力いただきます（必要な物品は当センターでご用意いたします）

包括

かめだより

第13号

広報紙：令和2年8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。



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（日曜と祝日、年末年始はお休み）

営業時間：8:45～17:30

お気軽に
ご連絡
下さい。



まずは相談『包括』

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	578	30.7%	北美原1丁目	336	28.0%
美原2丁目	983	35.1%	北美原2丁目	467	32.6%
美原3丁目	960	28.1%	北美原3丁目	392	35.5%
美原4丁目	911	38.2%	石川町	913	16.9%
美原5丁目	819	37.3%	昭和1丁目	578	30.5%
赤川町	521	35.3%	昭和2丁目	808	31.2%
赤川1丁目	626	36.2%	昭和3丁目	676	29.3%
亀田中野町	192	34.5%	昭和4丁目	808	23.9%

※令和2年6月末現在 65歳以上人口のみ抽出

段階的に社会経済の活動レベルが引き上げられているなか、必要に応じ、心身の状況や生活を把握したうえで、参加の呼びかけや必要なサービスにつなぐ、適切な支援が求められています。引き続き、しっかり感染予防もおこないましょう。

「通いの場」新型コロナウイルスの感染予防

離れて

参加者同士の間隔

手指の消毒

手洗い、物の消毒

換気

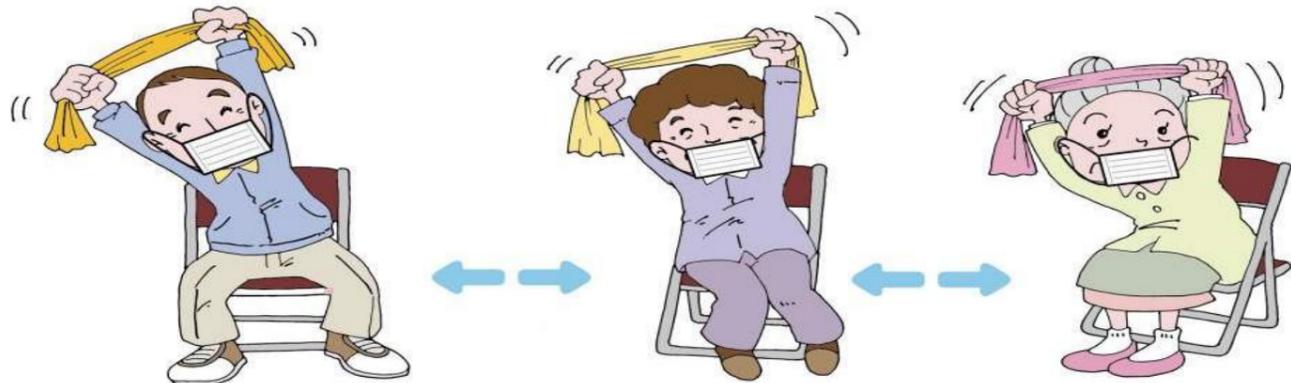
1時間に2回以上

体温を計測

発熱は参加を控える

マスク着用

マスクを着用を徹底



- ・運動実施は、息が荒くなるような運動を避ける。
- ・マスク着用時の運動は無理のないよう配慮する。
- ・歌を控える、大きな声を出す機会を少なくする。等

参考：厚生労働省通知「新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止に配慮して通いの場等の取組を実施するための留意事項について」

包括支援センターってなに??

函館市地域包括支援センターは社会福祉士、保健師、主任ケアマネジャー等の専門職が高齢者ができる限り住み慣れた地域で安心して生活できるよう様々な支援を行っている高齢者の相談窓口です。

介護保険の事

- ・介護保険について聞きたい、使いたい
- ・入院しているけど、退院後の生活に不安がある

権利を守ること

- ・財産管理に自信が...
- ・悪質な訪問販売にあった
- ・虐待にあっている?
- ・介護に疲れしまって...

地域の事

- ・一人で住んでいる親が心配
- ・近所で気になることがある
- ・近場で交流できる場所を教えてください

健康づくりについて

- ・健康を維持したい
- ・趣味を生かしていきたい
- ・暮らしたい
- ・認知症について聞きたい



高齢者虐待を知っていますか?

家庭や介護施設における高齢者虐待は深刻な問題です。虐待を早期に発見し対応すること、そして地域全体で高齢者と家族を見守り支援していくことが大切です。

高齢者が尊厳を保ち安心して暮らしていけるよう地域包括支援センターでは、権利擁護に関する相談に対応しています。

通 報 先

	電話番号	開設日時	備考
函館市役所 保健福祉部高齢福祉課	21-3025	月曜日～金曜日 8:45～17:30	※夜間・休日の場合の連絡先「宿日直室(夜間・休日専用) 21-3006
亀田支所 保健福祉部亀田福祉課	45-5482		
函館市地域包括支援センター亀田	40-7755	月曜日～土曜日 8:45～17:30	※営業時間外でも輪番電話に転送されます。

通報者の匿名は厳守します



	内容	具体例
身体的虐待	暴力行為や外部との接触を意図的、そして継続的に遮断する行為	・平手打ちをする、殴る、蹴る、やけどを負わせるなど ・ベッドに縛り付けたり薬を過剰に服用させたりして、身体拘束・抑制する
介護・世話の放棄や放任(ネグレクト)	意図的かどうかを問わず、介護や生活の世話を行っている家族が放棄や放任をし、生活環境や身体・精神的状態を悪化させていること	・入浴しておらず、異臭がする ・水分や食事を十分に与えず、脱水症状、栄養失調、長時間の空腹状態にある ・劣悪な住環境のなかで生活させる
心理的虐待	脅しや侮辱などの言語や威圧的な態度、無視、嫌がらせなどによって精神的・情緒的苦痛を与えること	・必要な介護、医療サービスを制限したり、使わせない
性的虐待	本人との間で合意が形成されていない、あらゆる形態の性的な行為またはその強要	・排泄の失敗に対して罰として下半身を裸にして放置する ・キス、性器への接触、セックスの強要
経済的虐待	本人の合意なしに財産や金銭を利用し、本人の希望する金銭の使用を理由なく制限すること	・日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない ・本人の自宅などを無断で売却する ・年金や預貯金を本人の意思・利益に反して使用する

高齢者虐待発見のポイント

- 自宅から高齢者や介護者・家族(養護者)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。
- 庭や家屋の手入れがされていなかったり、放置の様相を示していたりする。
- 郵便受けや玄関先が手紙や新聞で一杯になっていたり、電気メーターがまわっていなかったりする。
- 気候や天気が悪くても、高齢者が長時間外にいる姿がしばしば見られる。
- 同居の家族がいるのに、高齢者がコンビニやスーパー等で一人分のお弁当を頻りに買っている。
- 近所づきあいがなく、訪問しても高齢者に会えなかったり、嫌がられたりする。
- 高齢者が道路に座り込んでいたり、徘徊している姿が見られたりする。