

シリーズ：高齢化の中で“いつまでも住み続けられる伊豆高原”的ための福祉・医療サポート3

対島地域包括支援センターの活動のご紹介

私たちがいつまでも伊豆高原に住み続けるためには、自助努力だけではなく、地域のサポートをいかに活用していくかということも重要になります。その意味で私たちの身近で地域の福祉・医療のために活動している対島地域包括支援センター（以下「包括支援センター」と略します）を上手に利用することが重要になります。今回は、包括支援センターの最近の活動実績から、お二人の例を紹介します。

ケース1：伊豆高原で一人暮らしをしている70代女性の場合

ある日、包括支援センターに、「姉が心配です」と、女性からの電話が入った。

電話の主は県外に住む姉妹の方だった。同じ頃、伊豆高原の管理事務所からも当該女性に関する相談の電話が入っていた。その女性は、近隣の人たちから食事の提供を受けたり身近な用事で助けてもらったりしていたが、最近は「鍵がない」

「食べるものがなくなり」ということが多くなり（実際は鍵もあり食事もしていたが）、本人が忘れてしまうことが目立つようになってきたので、包括支援センターで対応してもらえないだろうかという相談だった。早速本人対応したところ、「忘れてしまうことが多くなって困ります」と話されたので、民生委員と連携して日常的な見守りを行うとともに、配食サービスやヘルパー支援の措置を取って対応し、円滑な日常生活が送れるようにサポートした結果、今は笑顔のある日常生活を送ることができます。



ケース2：10年前にご主人が亡くなった一人暮らしの70歳代の女性の場合



警察に保護されることが目立つようになったことから、物忘れが増えバスで出かけても帰ることができなくなっていることが近隣の人にもわかるようになり、「食事はとれているの？」「お風呂には入れているの？」など、日常生活が心配という連絡が近隣の人から包括支援センターに入った。早速、包括支援センターの職員がご自宅を訪問し、相談に乗る中で病院に行ってみた方がいいと話し、病院に同行して診察してもらった結果、アルツハイマー型の認知症と診断された。包括支援センターがサポートして介護申請を行い、ヘルパーに定期的に訪問してもらい、薬の管理のお手伝いや買い物支援、見守り等のサービスを受けることができるようになった。その後、落ち着いてきたころを見計らい、認知症カフェでの集まりにお誘いしたところ、ぜひ参加したいとのことで、今は月2回、認知症カフェに通っている。認知症カフェでの交流は、家に閉じこもらず、人と話すことになるので、以前とは比較にならないほど表情が明るくなっています。

＜対島地域包括支援センターを利用しましょう＞



住み慣れた土地で生活を継続していくためには、「地域住民の気付きや見守り」の体制を築くことが大切です。同時に重要なのは、高齢者が生活していくうえで必要な具体的な支援を提供する体制・仕組みです。現在日本では、具体的支援を担う地域包括支援センターを各地に作っています。介護や医療に関することはもちろん、生活上の困りごとの相談も

対島地域包括支援センターにお問い合わせ下さい。

相談業務、支援業務の他にも日常的に、例えば以下のようないわゆる「地域活動」を行っています。是非顔を出してみて下さい。

伊東市委託 対島地域包括支援センター

伊東市八幡野1028-4（伊豆高原十字の園内）



TEL 55-2872

FAX 55-0557

ふるさとカフェ

毎月第2、4火曜日（午後1時から4時まで）

会場は「ふるさと会館」

（国道135号線沿い、いわかみ書店の向かい側）

認知症カフェとは、認知症の方とその家族、地域の方、どなたでも気軽に参加でき、地域の人たちとのつながりを作るきっかけができる場所です。



伊東 七福神の湯めぐり

伊東市は、別府市とともに国の法律で国際観光温泉文化都市と定められています。温泉都市として法律的に保護される背景には、戦前、兵隊さんの治療や国民の健康増進に役立てるという目的があつて、そのため日中戦争中にもかかわらず伊東線が建設されたとのことです。伊東は豊富な源泉に恵まれ、市内でも行政区が管理する源泉かけ流しの共同風呂がたくさんあります。

伊東市は、これを七福神の湯として地元以外の市民や観光客にも紹介しています。地元の人の利用料金よりは高いのですが、熱い源泉のお湯がかけ流しで楽しめます。温泉に入って、湯のまちの商店街を訪れてみてはいかがでしょうか。(それぞれの共同浴場の所在地は親和会事務所においてある「伊東温泉GUIDE MAP」を参照。無料配布中)なお、開場時間や休業日は各湯で異なるのでMAPで確認して下さい。

恵比寿あらいの湯



岡布袋の湯



鎌田湯



松原の湯七福神の湯



弁天の湯



湯川弁天の湯

湯川子持ちの湯



湯川汐留の湯



地元の人も利用する共同浴場です。3時半から4時半くらいが比較的空いています。タオルは持参、温泉に入った後の街歩きをお楽しみください。

親和会 少しだけ ティータイムサロン Premium



年号が、明治、大正、昭和、そして平成、令和と変わる中、私達の暮しは様々な変化の波のまにまに浮かんだりまた沈んだりしながら、時を刻んでいます。日本には、年の暮れから年初めに掛けて、いろいろなしきたりやしつらえ、ご馳走などが数多くありました・・・年越しそば、除夜の鐘、初詣、鏡餅、お屠蘇、雑煮、おせち、年賀状お年玉、獅子舞、駒回し等々・・・。

もう形を見ないものや消えてしまったもの、姿が新しい形に変わってしまったもの・・・たくさんあります。

その中で、これからも何十年、何百年にわたって変わらずに今の姿のままで残り続けてくれるであろう美しい姿の日本の山に、感謝の想いを込めて年の初めにご挨拶したいですね・・・

ふじの山

作詞:巖谷小波

作曲:不詳

$\text{♩} = 96$

D
A7
D
G
A7
D
A7
D
G
A7
D
G
A7
D
A7
D
A7
D

あたまをくもーのうえにだーしら
あおぞらくとかーくそびえたーしら
しかほうのや一まきのみきおろーしーて
かみなりのさーまーをしどにくひく
ふじははににつぼんいちのやま

富士山を三島から眺める



環境ボランティア会活動		1月の花言葉	
【日 程】 2023年 1月25日(水)		同じ月に花言葉はたくさんあります。また、一つの花でも意味はいろいろあります が、年の初めに相応しい花言葉を中心に選んでみました。皆さんのお好みの1月の花言葉が入っていますか。	
【活 動】 城ヶ崎海岸駅～桜並木終点 までのゴミ拾い及び草刈り		梅 「高貴」「高潔」「忠実」 	年の初めの計は、誇り高く忠実な目標を掲げたいですね。
【集 合】 親和会事務所 9時40分 城ヶ崎海岸駅前 10時00分 ※雨天の場合は中止となります。		水仙 「自己愛」「神秘」(白の水仙) 	中国の故事によると花の美しさ、さわやかな芳香がまるで仙人のよう。厳しい冬の寒さに負けず美しい花を咲かせる水仙は縁起の良い花とされ、春の訪れを告げる雪中花の呼び名もあります。12月20日～1月31日の期間、下田爪木崎水仙まつりが行われています。海と水仙のコラボを見に行きませんか。群生地の景観の良さもさることながら、水仙は切り花として飾っても素敵な印象に仕上がる花です。
12月4日実施の地域防災訓練報告		松 「不老長寿」「永遠の若さ」 	寒い季節も変わらない緑を保つ松は、長寿や家運の繁栄を象徴しています。正月に門松を立てるのは、魔よけの意味合いもあるとされます。
伊東市地域防災訓練に各地区連毎に参加しました。家庭内訓練としてシェイクアウト訓練、OK旗の掲出を行い、防災倉庫の点検と消火訓練等を行いました。OK旗の掲出率は、全体で54.6%、各地区ごとの掲出率は、第1地区39.4%、第2地区73.4%、第3地区45.1%、第4地区52.8%でした。		福寿草 「永遠の幸福」 	和名の福寿草は、幸福の「福」と長寿の「寿」からきていて、新春を祝う花としてこのように名づけられました。江戸時代には「福告ぐ草」と。寒い季節の始まりには、幸せを招く花を飾りたいですね。
～ 親和会サークル・サロンの開催案内 ～			
イベント部会だより			
●絵手紙の会 1月11日(水) 午後1時30分～ 場所:親和会事務所 毎月第2 水曜日		●うたう会 「夢の和」 1月28日(土) 午前10時～ 場所:八幡野コミセン3F会議室 每月第4 土曜日	
●小物作りの会 1月 9日(月) 午前10時～ 場所:親和会事務所 毎月第2 月曜日		●のんちゃんのいきいき呼吸練功体操 1月13日(金) 午前10時～ 場所:伊東市老人憩いの家 每月第2 金曜日	
●パソコンサークル ※1月は第2火曜日に変更 1月17日(火) 午後1時30分～ 場所:親和会事務所 每月第1 火曜日		●英会話サロン 1月 2日(月) お休みとなります。 1月16日(月) 午前10時～ 場所:親和会事務所 每月第1・第3 月曜日	
1月のゴミ出し日	可燃ごみ	毎週 月・水・金・日曜日	◆日 時 2023年 1月 日(木) 午前9時24分 第1組スタート
	ビン	12(木) 19(木) 26(木)	コース「ゴールド川奈C・C」 45-1151
	カン	5(木) 12(木) 19(木) 26(木)	当日は昼食は付きますが、表彰式無しです。
	金属	5(木) 19(木)	12月の例会の受付時に参加を希望された方で
	古紙	10(火) 24(火)	参加出来なくなった方は1月13日(金)までに、幹事平松(53-1615)又は親和会(53-1122)
	われもの類	26(木)	までご連絡下さい。集合は8時50分です。
	乾電池		
	ペットボトル	3(火) 17(火) 24(火) 31(火)	