

# 福島市中央東地域包括支援センター つなぐ通信

## 回覧

第14号 令和5年9月発行



第三地区の皆様こんにちは。管理者の佐藤です。

朝の空気に爽秋の気配が感じられる頃となりましたが、皆様いかがお過ごしでしょうか？今年の夏は本当に厳しい暑さが続きましたね。エアコンをつけなくて過ごす日がなかったように思います。

まだまだ残暑が続くと言われていますが、実りの秋を満喫しながら季節の変わり目の時期ですので、くれぐれもご自愛ください。

## 地域を支える相談窓口

### 福島市中央東地域包括支援センター

住所 福島市春日町14-14

窓口相談：月曜日～金曜日(8:30～17:30)

TEL: 525-7888



★ご相談は無料です。

★介護保険の申請代行も行っています。

地域包括支援センターは、第三地区の住民の皆様の総合相談窓口です。困りごとや通信に掲載している事柄などで興味があったことなど、相談がございましたら地域包括支援センターまでお問い合わせください。

## 介護予防・日常生活支援総合事業

平成28年3月1日から、福島市で新しい総合事業が開始になったことをご存じですか？

この「総合事業」は、介護認定の申請を行わずとも介護サービスを利用するのが特徴です。65歳以上の高齢者に対し、それぞれの必要に応じた介護予防サービスが提供されるようになっています。

利用できる介護サービスは、デイサービス・ヘルパーと限られておりますが、介護認定がない分、手続き後約1週間ほどでサービスを利用することができます。

総合事業においては、要支援認定を受ける前段階にある高齢者を積極的に支援し、要支援・要介護状態を未然に防ごうという意図が込められています。介護費用がかからないように、要介護状態になる前から、しっかりした目標を持って利用することが大切です。

地域包括支援センターが、介護予防マネジメントに基づいて計画を作成します。まずは、地域包括支援センターにご相談ください。



## 介護保険制度 について



## ふくしまマスターズ9期生会の皆さま

この度、介護保険制度について学びたい、と9期生の皆様より依頼を受け、制度の成り立ちや申請までの流れ、介護保険サービス・施設の種類などについて講話を行いました。運動しながら、和気あいあいと楽しいひと時を過ごしました。皆さまからは、「この先の人生は自分で決める」という強い意思を感じました。「その人らしく」「自分で決める」まさに、介護保険の理念ですね。

# みんな仲良しご近所さん

こうして皆で集まっておしゃべりできるのが嬉しい。



時々ケンカもしますよ。気心知れてるから・・・ケンカするほど仲がいいって言うでしょ!?

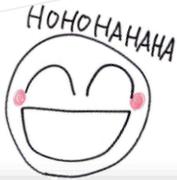


## 折り紙折りながらおしゃべり

ほぼ毎日のように、お茶のみや手芸、昼食を持ち寄って村田さん宅に集まっています。時々、男性メンバーも加わって賑やかなひと時を過ごしています。お互いがお互いを気にかけてあって気遣って・・・気の良い仲間がいるのは心強いですね。

ラフターヨガ

# 五十辺親交会福祉部



二本松の快フィットネス研究所の丹治先生をお招きし、皆で大いに笑いました。「作り笑いも本物の笑いも同じく脳は活性化します。ただ笑うだけで、免疫力を高めましょう。」と、丹治先生。

**HAHAHA!**

笑いの渦に包まれて、あっという間の1時間半でした。



# お喜楽サロン



タコ釣り・ハエ叩き・ジェンガのゲームで集中カアップ!!



10月は、パラリンピックの種目にもなっているポッチャを予定しております。ご興味のある方、気軽に働く婦人の家に立ち寄ってみませんか？  
10/12の午後1時半からです。

