



みはらふくし情報

6月号

令和5(2023)年
6月1日発行

— 三原市社協各地域センターからのお便り —

本部・三原地域センター(三原市総合保健福祉センター4階) 電話 (0848)63-0570 FAX (0848)63-0599
本郷地域センター(三原市本郷保健福祉センター) 電話(0848)86-3607 FAX(0848)60-6064
久井地域センター(三原市久井保健福祉センター) 電話(0847)32-7101 FAX(0847)32-5011
大和地域センター(三原市大和保健福祉センター) 電話(0847)34-1214 FAX(0847)35-3020

社協では、地域の住民に、身近な福祉の相談機関やサービス事業所を知ってもらうことを目的に、サロンなどの地域福祉活動団体へ、市内の福祉事業所等が実施する出前講座を紹介する取り組みを行っています。

今回は、サロンで開催された「福祉専門職による出前講座」の様子をご紹介します。制度や体調管理のポイントが学べるだけでなく、専門職と知り合いになれるチャンスです。出前講座を希望される団体は、お気軽に社協までご相談ください☆

「介護保険制度を知ろう！」 ～居宅介護支援事業所久井 出前講座～

久井地域センター



久井町小林地区のふれあいサロン「ほほえみ会」では、居宅介護支援事業所久井の^{しものぼり}下登ケアマネジャー(写真中央)を招き、「介護保険制度を知ろう！」と題した出前講座を開催しました。講座では、介護保険制度を説明した後、久井町内の福祉サービスが紹介されました。参加者らは介護保険の利用方法や、サービスの利用に繋がらなくても、気軽に相談して良いことを学びました。

「足腰が悪くなり、介護保険を利用したらよいと思う人が増えている」と話すほほえみ会代表の徳納忍さん。今回の講座は、支援が必要になる前に「情報(制度)」や「相談先」を知れる機会となり、地域で暮らす上での安心感につながったようです。

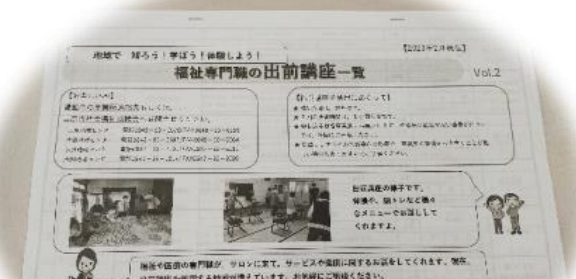
「認知症とフレイルを予防しよう！」

～福祉用具事業所「ケアデザイン」出前講座～ 三原地域センター

「いきいきサロン宮浦北」では、和田地域の福祉用具事業所「ケアデザイン」の職員から、認知症やフレイルを予防する体操を教えてもらいました。講師の理学療法士の川根さん（右上写真前列から1列目）が、専門的な言葉を分かりやすい言葉に変えて伝えている様子が印象的でした。

講座後の雑談で、参加者から「こんな事業所があるの知らなかったわ」「インターネット注文なんて私には無理よ～」といった声が上がりましたが、「こうやって顔を合わせた縁です。電話をいただければ、私が商品をお届けします!」といった心強いやり取りもありました。

福祉事業所は、支援が必要になった時や、ちょっと相談したい時の強い味方です。福祉の専門職と顔見知りになることは、これからの暮らしの中で、とても大切なことだと思います。



福祉専門職による出前講座一覧表
社協で配布中です！

役立ち情報

備えあれば、憂いなし!

これだけは備えたい備蓄品!

地震による被害のニュースが飛び交う昨今。あなたは日頃からどんな備えをしていますか？今回は備えておくと安心な備蓄についてご紹介します。参考にしてみてください。

備蓄だけでなく、ご近所同士で「こんな防災対策があるよ!」と話し合うこともいいですね。できることから始めながら、みんなで防災意識を高めていきましょう!

● 飲料水 3日分（1人1日3リットルが目安）

● 非常食 3日分の食料（ご飯（パックご飯やアルファ

米など）、カップ麺、ビスケット、板チョコ、

野菜ジュース、肉・魚の缶詰めなど）

● 生活用品 トイレットペーパー、カセットコンロと

ボンベなど

※ 大規模災害発生時には、「1週間分」の

備蓄が望ましいとされています。

※ 飲料水とは別に、生活用水も必要です。

お風呂の水をいつも張っておくと安心です。



参考：<https://www.kantei.go.jp/jp/headline/bousai/sonae.html>