



## 『春は「出会い」と「別れ」と「成長」の季節』

美幌町地域包括支援センター所長 佐々木 将明

少しずつ外がポカポカしてきて、お散歩すると心地良くて、清々しい季節になってきましたね。3月から4月にかけて転校や転勤など、出会いと別れが多い時期でもあります。皆さまの周りでも環境に変化があった方もいらっしゃるのではないのでしょうか。



私事ではありますが、長女が4月から中学生になります。6年間慣れ親しんだ小学校を卒業し、真新しい制服に身を包んで新たな環境へ羽ばたいていく姿を見ていると、「あんなに小さかった子がこんなに大きくなって…」と、少しの寂しさと大きな成長を感じています。



当センターも皆さまから親しまれ、頼ってもらえるよう、更なる成長を目指して頑張っていきます!



## 包括支援センターのメンバーです



高齢者・障がい者の相談に対応できるよう、主任介護支援専門員、介護支援専門員、社会福祉士、保健師、相談支援専門員、生活援助員、事務員の計12名で働いています。マスコットキャラクター「ほうほう」とともに、これからもよろしくお願いいたします。



# 孤立しないよう『地域』で高齢者を見守って



坂井大地センター長

美幌町高齢者虐待予防研修会が2月1日に美幌町民会館で行われ、民生委員52名の参加がありました。『高齢者虐待って何？通報したらどのような対応をしてくれるの？～高齢者虐待と相談後の対応について～』と題して北見市南部地区地域包括支援センター センター長の坂井大地氏が講演されました。

虐待の種類には「身体的虐待」「介護・世話の放棄、放任」「心理的虐待」「性的虐待」「経済的虐待」の5つがある。坂井氏より『虐待かな？』と思ったら、その日時やケガの状態などを教えてもらいたい。そして、町や地域包括支援センターへ連絡してください、といったお話がありました。

グループワークでは事例を通して虐待の種類について活発な意見交換がありました。

「高齢者やその家族を地域から孤立しないように見守って」「町や地域包括支援センターへ何かあれば連絡を」と坂井氏から参加者へ研修会のまとめとしてお話がありました。

参加者からは「幅広い虐待があるとわかった」「民生委員が出来る範囲が理解できた」など多くの感想が寄せられました。



# 障がい福祉懇話会開催する！！

2月7日に障がい福祉懇話会を開催し、21名の参加がありました。

地域（町、自治会）としてどんな取り組みができるかについて、グループワークで話し合いました。地域としてできることについて様々な意見が出ていたので、その中で実践できるものから取り組んでいき、住みやすい町にしていきたいと思います。

次回のテーマは、『災害』です。災害について聞きたいことを話し合い、その中から出てきた意見を参考に来年度の懇話会に向けて準備していきたいと思います。



# 障がい福祉講演会開催する！！

2月17日に障がい福祉講演会『障がい者のための成年後見制度を学ぼう!』というテーマで2部構成にて行いました。第1部として森司法書士事務所 森一也氏



による成年後見制度の説明や事例を交えての講演を聴きました。第2部では美幌町社会福祉協議会 黒澤顕氏と石川洋子氏、片桐きみ子氏による講話とシンポジウムでした。法人後見の説明や美幌町の状況、支援員になるきっかけ、支援をされていて良かったことや大変だったこと、活動の原動力になることを聴きました。



森 司法書士



法人後見支援員  
石川氏(左) 片桐氏(右)

今回の講演会では、普段聴ける機会が少ないお話を聴くことができ、とても貴重な時間となりました。



美幌社協 黒澤氏



# 新連載 ちょっと 行ってみよう! やってみよう!

今回から **集う、参加する、活動出来る** 介護保険外の社会資源について紹介していきます

初回は町のしゃきっとプラザ運動教室からのご紹介です。

## ○しゃきっと教室 (65歳以上が対象)

月曜コース6回・木曜コース6回 午前10時から午前10時45分まで  
※事前申し込み、運動室利用券 又は 回数券が必要です。  
指導員の指導の下、低負荷運動を椅子に座って行います。

## ○初めての方の水中歩行教室

毎週金曜日 午後2時15分から午後2時45分まで  
※事前申し込みが必要です。  
ひざに痛みのある方にはよい運動です。  
指導員が水中の歩き方を指導します。

## ○シニアのためのマシントレーニング (65歳以上が対象)

1クール6回 年3回行います。  
機械を使っての運動指導と介護予防講話が  
セットになっています。  
介護予防講話のみの参加でもOK。

【お問合せ先】しゃきっとプラザ運動教室

☎ 73-5755

## 編集後記

今号から「新連載 ちょっと行ってみよう! やってみよう!」が始まりましたが、いかがでしたか? 今後も介護保険外で皆様が集う、参加する、活動出来る社会資源(場所など)をご紹介いたします。もし紹介してほしいところがあれば下記までぜひご連絡下さい!!

美幌町地域包括支援センターだより 『 **ぽけっと** 』 第60号

発行: 美幌町地域包括支援センター 発行日: 令和6年4月1日(月)

住所: 〒092-8650 網走郡美幌町字東2条北2丁目25番地

美幌町役場内1階9番窓口

電話: 0152-75-3220 ファックス: 0152-73-4787