

皆様、新年明けましておめでとう  
いびきです。

今、社会福祉を取り巻く環境は非常に厳しいものになってきております。また、今年4月には介護保険制度の改正があります。これから益々社会福祉法人に求められることが多くなる中、ご利用者やご家族、地域の皆様の声に応えるべく、私ども職員一同、地域に根差した施設を目指し取り組んでいく所存でございます。今後ともよろしくお願いたします。



だんだん広場の  
のーコマ

**新年のご挨拶**

社会福祉法人 上越頸城福祉会  
しおさいの里等複合施設  
統括施設長 水本 裕幸

うのはな  
びよりの  
はな  
りな  
2015

地域包括支援センターは上越市が設置している高齢者の総合相談窓口です  
大潟保健センター内  
025-535-1151

でも、いったいどんなことをやっているのか？とここでやっていると？と思われる方もいらっしゃるのではないのでしょうか？ここ、大潟でも様々なサービスがあります。地域包括支援センターうのはな苑では、介護予防の二環として、昨年4月より「だんだん広場」を開講致しました。週1回、大潟保健センター内において「脳トレ」と「体操」を毎回楽しく行っております。

スタッフの趣向を凝らした脳トレや、理学療法士による体操が大変好評で、10月にはしおさいの里で新クラスを開講させていただきました。介護予防の他にも、認知症サポーター養成講座の開催等も継続しております。興味のある方は是非、声をかけていただければと思います。

これからも、関係機関のみならず民生委員の皆さんや、町内の皆様方と連携し地域に貢献していきたいと思っております。どうぞ、お気軽に「うのはな苑」しおさいの里」に相談やご意見をお寄せください。



～ 平成27年4月より  
介護保険法が改正されます ～

1) 全国共通のサービスが市町村が実施する事業へ  
○要支援1・2の人が利用する訪問介護・通所介護が市町村の実態や特徴に合わせた事業へ移行  
○介護保険事業所以外の NPO やボランティア組織などによるサービスの提供も可能  
○他のショートステイや訪問看護などのサービスは変更なし

2) 特別養護老人ホームの新規入所者を原則「要介護3」以上に限定

3) 低所得者の保険料軽減を拡充

4) 低所得者の施設利用者の食費・居住費を補てんする「補足給付」の要件に資産などを追加

5) 一定以上の所得のある利用者の自己負担を1割→2割へ引き上げ

6) サービス付き高齢者住宅への住所特例の適用

**地域ケア会議**

「支援を必要とする高齢者の見守り体制について」

12月10日、高齢者の見守りチームに、第2回地域ケア会議を開催し、地域から49名の参加をいただきました。

上越市役所、区総合事務所、町内会長、民生・児童委員、地域協議会、介護事業所など多岐にわたる関係者との意見交換、グループワークを通じて、「一つひとつの「小さなつながり」が「地域で支える力の向上」につながることを感じさせる会議になりました。



うのはな苑  
主任ケアマネ  
田中 主志

また、今回の参加者以外にも高齢者と関わる機関や団体が多くあります。3月上旬には、さらに参加者を拡大して「高齢者が自分らしい暮らしを続けられる地域」をテーマに会議を開催する予定です。

これからも「地域力」の向上のため「顔の見える関係づくり」を意識した活動を心がけていきたいと思っております。よろしくお願いたします。

・コンパクトで家の中での使用が可能  
・車への積み込みも場所をとらずスッカリ  
・男性の暮らしに寄り添うシンプルで使いやすいデザインも登場



アドバイザー  
福祉用具専門相談員  
橋爪 雄大さん  
(さくらメテック株式会社)

オシャレなフラワー柄

シックな男性用  
サイズが大きくて持ちやすい  
(男性用)

**シリーズ『ものはつukaiよう！』**

これまでのシルバーカーの常識を覆す  
オシャレなデザイン

男性が抵抗なく使えるシックなデザインのシルバーカーが登場しましたのでご紹介させていただきます。

・ライトステップ・タイニーWヌーボー  
・ライトステップ・タイニーWヌーボーオム

**要介護者を抱える家族の集い**

『介護の悩み、介護者同士の情報交換の場』として毎月1回、介護者の集いを開催しています。日頃の介護でお悩みの方、気分転換したい方、一度参加してみませんか？

開催日) 毎月1回(第2金曜日)  
会場) 大潟区保健センター  
費用) 無料

**地域で支え愛！集まれ認知症サポーター**

認知症の人と家族への応援者である認知症サポーターを全国で多数養成し、認知症になっても安心して暮らせるまちを目指しています。

認知症の知識や対応、予防について学びませんか？出張講座を行っています(町内会・老人会・友人の集り等々)お気軽にお声掛けください。

※上越市では、平成28年までに認知症サポーターを15,600人養成することを目標としています

**独居・高齢者世帯のお宅訪問**

地域包括支援センターでは、65歳以上で「ひとり暮らしの方」「高齢者のみの世帯の方」を対象に、自宅へ訪問して生活状況の確認を行っています。いくつになっても安心して暮らせる地域となるように皆さまからのご協力とご指導をいただけますようお願いいたします。

**秋山ナースの一口健康メモ**

○ 認知症予防(4)

さて、認知症かな？と思ったらどうしたらよいでしょう。どんな病気が隠れているのか診てもらうことが大切です。認知症の発症の原因は、生活習慣病予防、脳梗塞、低栄養、うつ病、アルコール等いくつか考えられます。

原因が判ればその病気の治療を優先します。認知症のなかの一つである、アルツハイマー病と診断されたら、進行を遅らせる薬があります。家族から「物忘れがひどいよ」と言われたり、そうかなと自分で思ったら是非、主治医や地域包括支援センターに相談し、もの忘れ外来がある認知症機関病院(西城病院)を受診してください。認知症の進行を遅らせ、自分の家で出来るだけ長く生活していただきたいと思えます。



暖房を使うようになりました。夏と同じように脱水にならないように水分をこまめにとってください。また、部屋の乾燥は、風邪をひきやすくなります。ぬれタオルを部屋に干すことも一案です。手洗いをよくして風邪やノロウイルスを予防しましょう。

看護師 秋山



しおさいの里公式ホームページ [siosainosato.jp](http://siosainosato.jp) 検索!

平成25年度全国老人福祉施設協議会 広報コンテスト 優秀賞受賞!

編集日記:お正月特大号いかがでしたか?今年もよろしくお願いたします。 荒井

# だんだん ありがとう

## ココカラ プロジェクト だんだん広場

対象) 上越市在住 65歳以上の方  
 回数) 毎週1回  
 火曜 うのはなクラス (大湯保健センター内)  
 木曜 さいがたクラス (しおさいの里内)

介護予防・脳トレーニングなどを通して  
 みなさんの元気を応援します

現在、満員御礼 (キャンセル待ち)

平成27年4月 新クラス検討中!

心から楽しんでおります。先生や関係する皆様に厚く御礼と感謝の言葉をささげます。

所が今はどうでしょう、楽しく明るくハツラツと頭は冴えわたり全員生まれ変わったよう、参加者が止めることなく嬉しい限り、10月にもう一ヶ所増え益々盛り上がりそうです。

「だんだん広場」は本当に頭脳・身体・心が段々良くなる集いの場です。

「だんだん広場」は本当に頭脳・身体・心が段々良くなる集いの場です。

**だんだん広場  
はこんな所**  
 うのはなクラス  
 佐藤 葉 さん



10月さいがたクラス開講



元気いっぱい篠田先生



広報じょうえつ取材



上越妙高駅で体操!



縁の下の力持ち



# 26年を振り返る



平成26年は『だんだん広場』が開講してとても賑やかな1年になりました。各地域や団体さんから声をかけていただき、勉強会や講座をたくさん開催しました。日常では、いろいろな相談をお受けしましたし、要支援認定者のお手伝い、高齢者のお宅訪問も頑張りました。あっ!という間に1年が過ぎたように感じます。

今年も地域の皆さんのお役に立てるようにスタッフ一同全力疾走していきます!



～ 職員担当地域 ～

**田中主任ケアマネ**  
 雁子浜 九戸浜 湯町1～4区  
 西在 東在 湯端 内雁子  
**秋山看護師**  
 白鳥団地 朝日ヶ丘団地 湯町5区  
 一部 四ツ屋浜 土底浜  
**荒井社会福祉士**  
 湯町5区一部 下小船津浜  
 上小船津浜 渋柿浜 犀湯  
 地域包括支援センターうのはな苑  
 ☎ 025-535-1151

- ◎お気軽「1」相談ください (相談無料)
- ・病气や生活上で困っている
- ・近所に困っている人がいるので相談したい
- ・介護保険の申し込みをしたい
- ◎介護予防・介護保険の利用をお手伝いします
- ・寝たきりや認知症にならないよう予防したい
- ・介護保険のサービスを使いたい
- ◎みなさんの権利を守ります
- ・成年後見制度を利用したい
- ・消費者被害が心配
- ・介護疲れで悩んでいる・どうしたらいいかわからない
- ◎65歳以上の方のお宅を訪問します
- ・独居、高齢者世帯へ個別に訪問し生活状況や健康についてお聞きしています

「地域包括支援センターうのはな苑」は上越市が設置している高齢者の総合相談窓口です