

江波地域包括支援センターだより



地域包括支援センターとは、地域で暮らす高齢者の相談窓口です。

広島市から委託を受け、**神崎・舟入・江波学区を担当**しています。

「介護保険のことを聞きたい」「健康を維持したい」等、**介護や保健・医療・福祉等の相談に対応し、住み慣れた地域で安心して暮らせるよう支援**します。

また、「詐欺の被害に合った」「財産の管理に自信がない」といった、**高齢者の権利や財産等の不安について、権利擁護に関する制度の紹介等**を行います。

地域を支える活動を紹介

今回は
江波地区

7月29日に「新古今EBA衆&こども食堂えば」が開催されました！

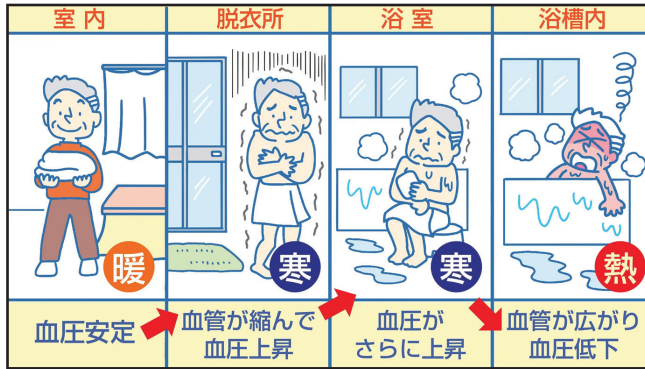
毎月第3土曜日に「おかえり食堂えば」（地域食堂）を地域のボランティアさんと一緒に開催しています。今まで食事に来ていた小学生が最近ではボランティアとして調理や会場作り等をしてきています。「おかえり食堂えば」では大人の指示やアドバイスで動いてくれている小学生ですが、今回は「広島都市学園大学」の子ども教育学部の学生さんと一緒に自分達でメニューを考え、買い物、調理、片付けを行い、「おかえり食堂えば」のボランティアさんと一緒に食事を楽しもうという計画で開催しました。失敗しても良いので自分達で出来るよう、学生や大人は見守りをし、小学生も主体的に取り組んでいきいきと活動していました。メニューを決める時は、いろんな意見がでて、まとめるのに苦労している様子でしたが、参加者全員で協力し、とってもおいしいような中華そばとデザートが出来上がりました。いつも一緒に「おかえり食堂えば」でボランティアをしている方々と、交流を深めながら食事をしました。大人たちは小学生におもてなしをしてもらい、「今まで食べた中華そばの中で一番おいしかった」「こういう活動を続けていてよかった」等の声がありました。今後も、高齢者に限らず地域の方誰もが活躍できるような機会をみんなと作っていききたいと思います。



江波包括保健室よいお知らせ

なぜ、冬に高齢者の入浴事故が多くなるの？

急激な温度差による血圧の変化が原因です。



入浴中に溺れる事故を防ぐためには？

- 1 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく
- 2 湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする
- 3 浴槽から急に立ち上がらない
- 4 食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避ける
- 5 お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける
- 6 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する

政府広報オンラインより

地域活動の紹介コーナー

〇神崎学区

『ほっとポット』

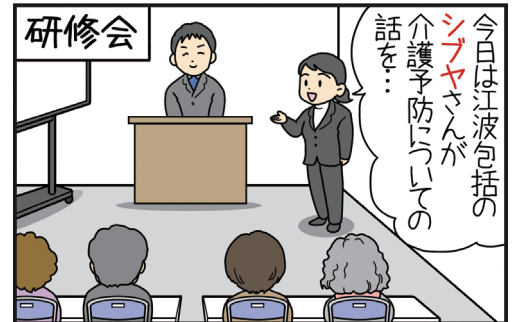
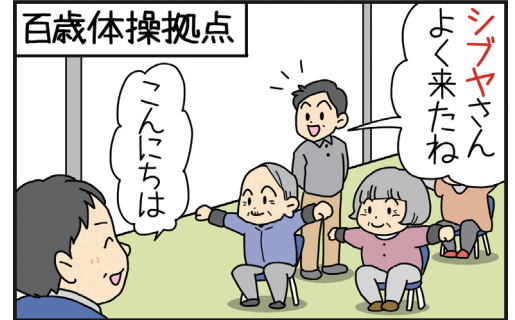
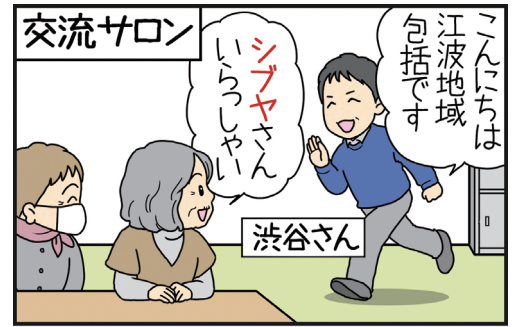
参加者募集中です！
お気軽にお越しください。

日時 第1日曜日・第3日曜日 10時から11時
場所 福助タクシー2階会議室
参加費 100円
詳細 9月から新しく始まったサロン活動です。
月2回いきいき百歳体操に取り組んでいます。

地域包括がいく!!

作者：山田 奈穂

ブログ：<http://naho2010.blog103.fc2.com/>



☆問い合わせ先☆ お気軽にお問い合わせください

広島市江波地域包括支援センター

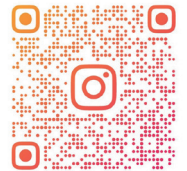
住所：広島市中区江波二本松 2-6-27

TEL：296-4833 (受付時間：8:30~18:00)

土日祝日・年末年始も休まず開所しております。

訪問に出ている不在のことがあります。来所の際にはお電話でご確認ください。

Instagram開設しました!



@EBAHOUKATSU

気象館通りから見える
この看板が目印

