

安佐・安佐南 地域包括だより



広島市安佐・安佐南
地域包括支援センター

〒731-0121

広島市安佐南区中須 2-19-6 3階

TEL (082) 879-1876

FAX (082) 879-7764

2020年4月発行 NO.56

広島市安佐・安佐南地域包括支援センターって？

安佐中学校区・安佐南中学校区で、総合的に相談を受けたり、介護予防の推進、権利擁護、虐待の早期発見・防止などの支援を行うセンターです。

安東長寿大学で「ACP」について学習しました！



2月19日に安東公民館のいきいき長寿大学で「ACP」について学習しました。安佐南区健康長寿課の湯浅英美さんを講師にパンフレットを用いて一緒に勉強を行いました。ACPとは、アドバンス・ケア・プランニングの略称で、もしもの時のために、自分が望む医療やケアについて前もって考え、その希望や思いについて医師や家族などと共有する取り組みのことです。自身の気持ちを改めて考え、他者に伝えることの大切さを学びました。

族などと共有する取り組みのことです。自身の気持ちを改めて考え、他者に伝えることの大切さを学びました。

民生委員と「成年後見制度研修会」開催



2月26日広島医療生協虹の会館ほっこりにて、民生委員の方と一緒に「成年後見制度」について学習しました。講師はいのうえ司法書士事務所の井上進先生です。難しい内容でしたが、個人の権利が病気や障害によって侵害されることがないように権利を守るためにあること、平成28年には利用促進のための法律ができたことなど、制度の基本を学ぶことができました。財産の管理だけでなく、「自分のことは自分で決めたい」という大切な権利をいかにして守ってもらうか・・・あるいは守っていくかについては、早めに準備をしておくことが望ましいとわかりました。しかし、現実には心理面や様々な難しい問題があり、ギリギリの状況に至って初めて申請手続きを開始するパターンが多いのです。今後また勉強したいとの要望があり検討することになりました。



※この広報誌は各町内会、学区社会福祉協議会等のご厚意により回覧させていただいております

大町のびのびサロンで「チェアエクササイズ」

2月3日、大町集会所のびのびサロンで椅子に座ったままできる運動「チェアエクササイズを行いました。講師は毎年大好評の合原岳文先生です。（参加者 34名）寒い時期には身体がこわばりやすいため転倒予防が大事とのお話で、手の甲から二の腕、足首から太もも、胸や背中 of 大きな筋肉を伸ばしたり、鍛える運動を習いました。いつもの優しい口調で参加者の緊張をほくしながら、徐々に脳トレにつながる反射神経のトレーニングまであっという間の1時間半。大笑いするなかでストレスも発散できました。習った体操の写真入り説明書をお土産に頂き、今後は自宅での自主トレもできそうです。



※写真の掲載につきましては、ご参加いただいた方のご了解をいただいています。

2020年

<4月・5月・6月の地域包括支援センターの予定>

- 4月20日（月）13：30～15：30
大町集会所 のびのびサロン 「相続と成年後見制度」
- 5月16日（土）10：30～11：30
弘徳第2自治会館 サロン弘徳 認知症サポーター養成講座
- 5月18日（月）13：30～15：30
大町集会所 のびのびサロン 「チェックリストと介護予防の話」
- 5月20日（水）13：30～15：00
安東公民館 いきいき長寿大学 包括支援センターについて
- 5月27日（水）13：30～14：30
安東公民館 安東塾 電動カート試車会
- 6月1日（月）13：30～15：30
大町集会所 のびのびサロン 「認知症カフェの紹介と寸劇」



お問い合わせ先

広島市安佐・安佐南地域包括支援センター

電話：082-879-1876