

カラダ動かして介護予防・フレイル予防!

※フレイルとは健康な状態と要介護状態の間である体の虚弱状態のことです。

教室名	開催曜日	場所	お問合せ電話番号
きらきら体操教室	水曜日	市民会館：地域福祉課地域支援係	0561-73-1484
にこにこ体操教室	水曜日	日進ホーム：西部地域包括支援センター	052-806-2637
おたっしやハウス	月曜日	東部福祉会館	0561-73-7881
		南部福祉会館	0561-73-8155
		西部福祉会館	052-803-5286
	火曜日	岩崎台・香久山福祉会館	052-800-6601
		北部福祉会館	0561-73-0183
木曜日	相野山福祉会館	0561-72-8122	

※お問い合わせ・申し込みは上記電話番号をお願いします。※きらきら体操教室は現在申込を受けつけておりません。次回案内は広報でご確認ください。



まず民生委員にご相談ください

あなたの地区の民生委員・児童委員、主任児童委員 日進市内の中学校区をもとに3地区に分かれ現在98名で担当しております。(令和5年10月現在)

民生委員・児童委員、主任児童委員の担当の詳細は下記窓口にお問い合わせください。

東地区(26名 男8名・女18名)

折戸 / 久利 紫・関根聖美・小貫淑恵
 藤 枝 / 天澤純子・国立美雪・鈴木直美
 米野木 / 佐藤こずえ・鈴木重行・武田伸三
 遠松友子・澤出勝則・浅井留美子
 武田としみ
 三本木 / 小野高義・荒津茂徳・石川敦子
 藤 島 / 前田光春・青山選
 北 新 / 村瀬満
 五色園 / 天野杏有子・林恵子・家木知恵子
 三宅ひとみ
 主 任 / 吉川香織・高谷まどか・小林麻貴

中地区(36名 男12名・女24名)

蟹 甲 / 志水早苗
 折 戸 / 大内誠淳・林祥二・高増正司
 鈴木秀之・牧有加里・村瀬まゆみ
 加藤優美子
 東 山 / 木村文博・町田ひとみ・古川利永子
 山田茂生・鈴木多津子・寺前静枝
 本 郷 / 小塚浩二
 岩 崎 / 板垣恵美子・丹羽むつみ・山本一江
 伊藤優・丹羽俊行・今駒順子
 大野知子・小屋登美子・堀田美紀
 武田啓子・鈴木知子・松尾慎一
 関口進
 岩 藤 / 小出哲次郎・池田春美
 南ヶ丘 / 安永多摩江・三上富美子・福嶋早苗
 主 任 / 村瀬千恵・谷口亮子・宇佐美律子

西地区(36名 男12名・女24名)

赤 池 / 田中祐三・伊藤正見・小池由成
 右田量則・蟹江寛治・小池稔子
 早川光子・山田正司
 浅 田 / 鈴木陸子・磯部尚美・浅井弘視
 石川欽一・鈴木武・原照夫
 梅 森 / 鈴木陽子・伊東貞子・山岸保子
 朝比育子・伊東初美・関本太佳子
 伊東茂哉
 野 方 / 市川淑江・出原孝示
 香久山 / 天池弘子・織川学・木下祐子
 押谷恵子・野村加世子
 岩崎台 / 奥田庸江・松岡有紀子
 小島真奈美・出塩伸子
 主 任 / 近藤泰子・松本美智・西中博子
 坪井智恵

※現在、民生委員の欠員がありますので地域福祉課までご相談ください

問合せ先 日進市役所 地域福祉課 福祉相談係 (TEL)0561-73-1519 (FAX)0561-72-4554

編集後記 今回は様々な形態の高齢者向けの介護施設の一部を特集しました。いかがでしたか?今まさに介護施設の情報が必要とされている方、まだ先の事だけど興味がある方、少しでも皆さまのお役に立てればと思います。編集委員/朝比 大内 織川 鈴木 関本 前田



~民生委員・児童委員だより~

ほのぼの

編集/発行 日進市民生委員・児童委員協議会(日進市役所内・日進市蟹甲町池下268)

20号

発行 令和5年12月1日

- ★特集 高齢者応援 **ビ-33?高齢者!** ご長寿全国第4位(男性)の日進市 楽しく生きる老後って?
- ★日進市がやっている体操教室の紹介 **カラダ動かして介護予防・フレイル予防**
- ★あなたの地区の民生委員・児童委員、主任児童委員



民生委員・児童委員 マークの由来

ほのぼのの由来

幸せの芽生えをしめす四葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩をかたちどって、愛情と奉仕をあらわしています。

私たち民生委員・児童委員の活動が、皆様の生活をあかるく、あたたかいものにする手助けとなれるようにと名付けました。

民生委員・児童委員、主任児童委員はいつもそばにいる、あなたの相談相手です。 *相談内容や、秘密は守られます*



ご長寿全国第4位(男性)の日進市、楽しく生きる老後って?

どんなに元気でも必ずやってくる老後...理想は誰にも迷惑をかけずに健康で長寿を全うするって最高ですね。でも、病気になったり歩けなくなったら?市の手続きってどうする?介護保険サービスを受けるには?介護施設ってどこにある?介護する側、される側のお悩みから一例を紹介しました。離れて暮らす子世代にも関心を持って読んでもらいたいですね!

カラオケや読書で楽しんでます



1 デイサービス スタート

きっかけは転倒

転んで歩くことが出来なくなりました



民生委員に相談

手続きは地域包括支援センターでもらいました日進市のエコサポートのゴミ収集支援(週1)と、介護保険サービスのヘルパーさんに食事作りやお掃除・お買い物等の支援(週2)をしていただき、更にデイケアサービスでリハビリもやっていただけた事になりました

一人暮らし

民間の施設を利用

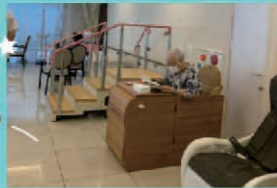
お試しが出来た施設を選びました

送迎に来てもらえ、入浴やランチ付きで楽しいです



誰もが同じ支援が受けられるのではなく見守りのご近所さん民生委員からの情報も含めた上での支援サービスになります

自由時間には書きをしたり友人もできて行くのが楽しみです



高齢者福祉施設

- 介護老人福祉施設(特別養護老人ホーム)**
- 日進ホーム/浅田平子二丁目 20
 - のぞみ/米野木町南山 987-104
 - 寿老苑/赤池町屋下 360
 - エイジトピア浅田/(地域密着型)浅田町上納 24-16
- 老人保健施設(リハビリ、看護、介護を必要とする要介護者等)**
- 老人保健施設愛泉館/米野木町南山 987-44
 - 日進老人保健施設/北新町二段場 920-10
 - 介護老人保健施設リハビリ日進/折戸梨子ノ木 28-635
- 複合型介護施設(名古屋市昭和区)**
- としわ会昭和区複合型介護施設/昭和区川名山町6-4

介護医療院

- 福友病院/北新町殿ヶ池上 539
- 軽費老人ホーム(ケアハウス)
- ケアハウス日進ホーム/浅田平子二丁目 20
- ケアハウス寿老苑/赤池町屋下 354

認知症対応型共同生活介護(認知症高齢者グループホーム、介護予防を含む)

- ゆりかご/北新町南篤 514-1
- あいわ/米野木町南山 987-58
- のどか/赤池南二丁目 705
- サンライフハートネス/米野木町追鳥 47-1

地域密着型介護老人福祉施設入所者生活介護(定員30名未満・要介護3以上)

- エイジトピア浅田/浅田町上納 24-16 (名古屋市の場合通所施設が送迎可能な地域に限ります)

2 グループホーム スタート

きっかけは物忘れ

散歩からの帰宅で自宅にならなくて...



私は83歳お散歩が日課でしたある日...

お薬のか飲んだ



家族と同居

同居家族と相談し、施設入所を考えましたグループホームに決めました

民生委員に相談

地域包括支援センターに手続きをしてもらって1~2ヶ月後に要支援2をいただきました日進市の介護保険サービスを使ってグループホームに入所することになりました

1日の過ごし方

- なるべく自宅と同じように過ごすという事を基本に起床の後は洗濯物を干す、掃除、ゴミ出し、午後は洗濯物をたたむ、入浴、散歩をスタッフと一緒にやっています
- 入所後は...徘徊、昼夜の区別がなくなるなど、家族の負担が限界になった事がきっかけですが、面会の時に母の笑顔を見て安心しました

公共施設を利用



3 ショートステイ スタート

きっかけは介護疲れの休息

介護疲れでほんとうにどうしたらいいか迷ってしまっていました...



現在87歳の母の介護をしています毎日のインスリン注射、服薬と食事等の見守りやトイレ介助等 そんな時、友人から2泊3日の旅行の誘いがあり、そのことを民生委員に相談したら介護保険サービスを使ってショートステイが利用できる事を知りました精神的に介護疲れでポロポロだったところリフレッシュ出来たので感謝しています

※他にもこんな利用もできます

きっかけは介護用品手すりの設置

80歳の父が倒れ車椅子の生活となり駐車場から玄関の段差と手すりやトイレの工事をする間2日間ショートステイが利用出来ました

民生委員に相談

くおまかせ昭和三和区



施設紹介は日進市全ての情報はありませぬ詳しくは「にしん健康長寿応援ガイド」をご覧ください

介護福祉課でもらえます

介護付有料老人ホーム

- シルバーホームまきば/米野木町南山 987-88
- 地域密着型通所介護施設(定員18名以下・要介護1以上)
- あいあいの家/本郷町御器街道 1
- デイサービス なごみの家/折戸町中屋敷 39-1
- デイサービス 永/赤池南 1-1403
- はじめの一歩デイサービス 元気ルーム/東山 3丁目 1010
- 日進市社会福祉協議会ふれあいデイサービスセンター/蟹甲町中島 22 番地
- だんらんの家 岩崎町/岩崎町西ノ平 131-8

4 介護老人福祉施設 スタート

きっかけは老老介護の限界

公共施設を利用

88歳になる母は「老人ホーム入所は絶対イヤ!」と言っていたのですが、私が体調不良になり、母の世話が出来なくなりました

民生委員に相談

家族と同居

これをきっかけに、お試し宿泊体験をしたところ明るく清潔な雰囲気、母の気持ちもほぐれ入所を決めましたホームでは趣味を生活に組み入れ、季節ごとの行事や遠出の外出もあり面会時には一緒に散歩したり、第二の自宅のように安心して静かな日々を過ごしています

施設紹介



認知症対応型通所介護(デイサービス、介護予防を含む)

- 日進ホーム通所介護「あおぞら」/浅田平子二丁目 20
- はじめの一歩デイサービス「わいわいルーム」/東山三丁目 1010

小規模多機能型居宅介護(介護予防を含む)

- 第2むつみ苑/本郷町西原北通 874-2
- サンライフハートネス/米野木町追鳥 47-1



※写真は昭和区「としわ会」グループホーム「のどか」(敬称略)にご協力頂きました

日進市HPより

愛知県HPより