

あだち 便り



住所：足立区足立 4-13-22

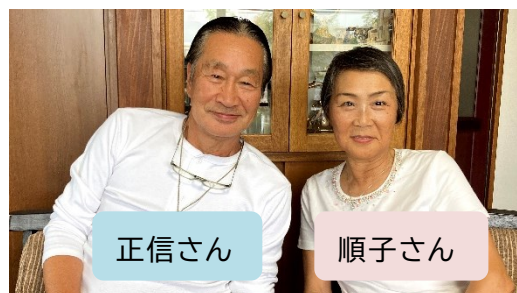
電話：03-3880-8155

絆のあんしん協力員を紹介します

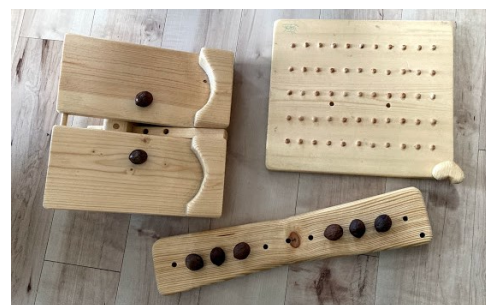
田中正信さん・順子さん(足立3)に
お話を伺いました！

田中正信さんは、木工ボランティアとして活動されています。妻の順子さんが2年前に階段から転落し、複雑骨折の大怪我を負われたことがきっかけで、リハビリ器具を作るようになりました。荒川の土手で拾ったクルミを使ったツボ押し器具や、ふくらはぎを伸ばす器具、手すり等です。「本当にありがたい」と順子さん。現在も器具を使いリハビリに取り組まれているそうです。

今後、正信さんは地域の施設に木工作品を配ったり、興味のある方に木工作品を作る方法を教える活動もしていきたいとおっしゃっていました。妻の順子さんも絆のあんしん協力員として、日々活動して下さっています。「これからも地域のために活動していきたい」とにこやかに話して下さいました。



手作り
作品



絆のあんしん協力員とは

地域の高齢者に気を配り、気になる方に対して、日常的な見守りや声かけに協力いただいています。「長い間顔を見かけない」「何日も洗濯物が干したままになっている」等があれば、地域包括支援センターにご連絡いただき、連携をとっています。

地域包括支援センターあだちの職員です。訪問の際には業務委託証明証を携帯しています。



センター長
西村美枝



岩田有佳乃
(主任介護
支援専門員)



蔦村恵理香
(主任介護
支援専門員)



桑原清美
(社会福祉士)



土屋七月
(看護師)



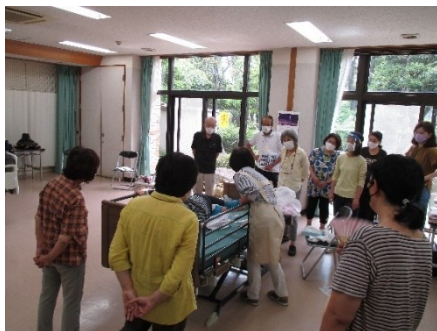
吉田国光
(社会福祉主事)



淡路美詩
(社会福祉士)

6月26日(土)家族介護者教室を開催しました

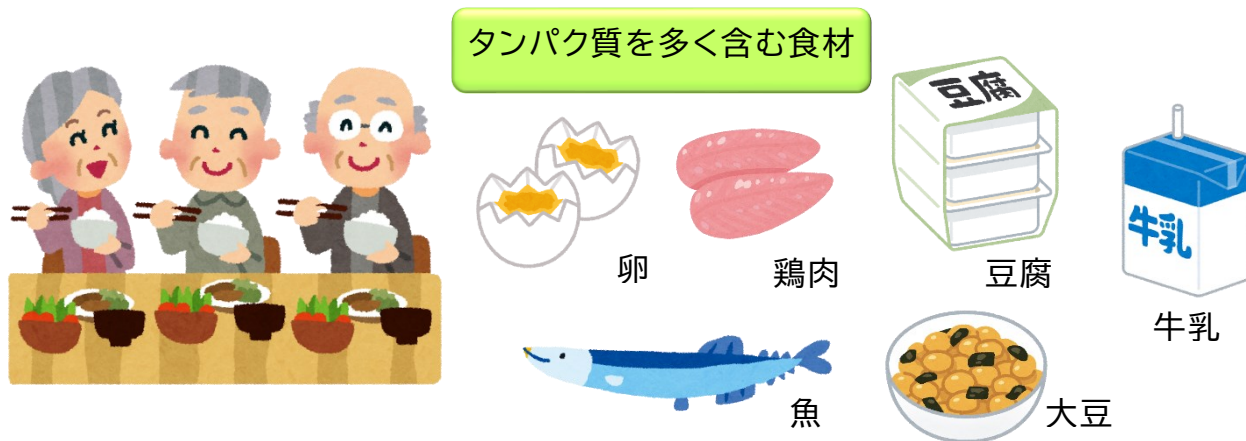
当日は12名(男性3名・女性9名)の参加がありました。福祉用具事業所「ケアリード」青島様より福祉用具と排泄介助について説明頂き、「日本介護センター足立西」の桶様よりおむつ交換の方法を教えてくださいました。また、参加者同士でオムツ交換の実践体験も行いました。参加者の方からは「退院間近の家族の介護に参考になった」「今後も家族介護に関するものを学んでいきたい」などと感想をいただきました。



食事をしっかり摂っていますか？

加齢にともない骨格筋量は減少し、60代から減少は加速していきます。減少を抑えるためには筋肉量の維持・増大が必要で、適切な量のタンパク質を食事から摂取することが重要とされています。タンパク質が不足すると、「骨がもろくなり転倒・骨折する危険性が高まる」「免疫力が低下し風邪をひきやすくなる」「髪や肌のツヤがなくなる」などの症状が出ます。

栄養バランスに気を付けながら、食事を摂っていきましょう！！



もの忘れ相談 ☎お問い合わせ:地域包括支援センターあだち 03(3880)8155



もの忘れにお悩みの方、足立区医師会の「もの忘れ相談医」が年4回ご本人・ご家族の相談に応じます。(1人30分/無料)予約制となっておりますので、お気軽にお問い合わせください
日程が決定いたしました。

※R3年9月16日(木)13:00~15:00に行います。

会場:地域包括支援センターあだち