



笑顔が素敵で輝いている高齢者の方をご紹介します。
前向きに楽しみながら、新しいことに挑戦したり、
日々できることをやり続けながら生活されています。

いしい しんいち
[口之津町] 石井 真一様(89歳)



命ある限り、世のため人の
ため尽くしていきたい!!



奥さんの生まれ故郷である口之津町で長年暮らしています。とても笑顔が素敵な石井さん。
「みんなが笑顔で過ごすためには欲をせず、そのぶん相談したら、けんかは一つ減らすことができるよ」と言われていたのが印象的でした。
石井さん、いつまでもお元気で。

- ・奥さんと愛猫マルちゃんと3人暮らし!
- ・畑仕事やカラオケなど多趣味!

新入職員のご紹介



おかもとみ きこ
岡本美紀子
(介護支援専門員)
令和5年6月より勤務

南島原市の皆様が自宅で元気に長生きできるように微力ですがお手伝いできたらと思っています。
よろしくお願いします。



かとうきよこ
加藤希代子
(事務員)
令和5年8月より勤務

布津のサブセンターの事務として勤務しております。
皆さんのサポートができるように頑張ります。よろしくお願いします。

ほっかつ

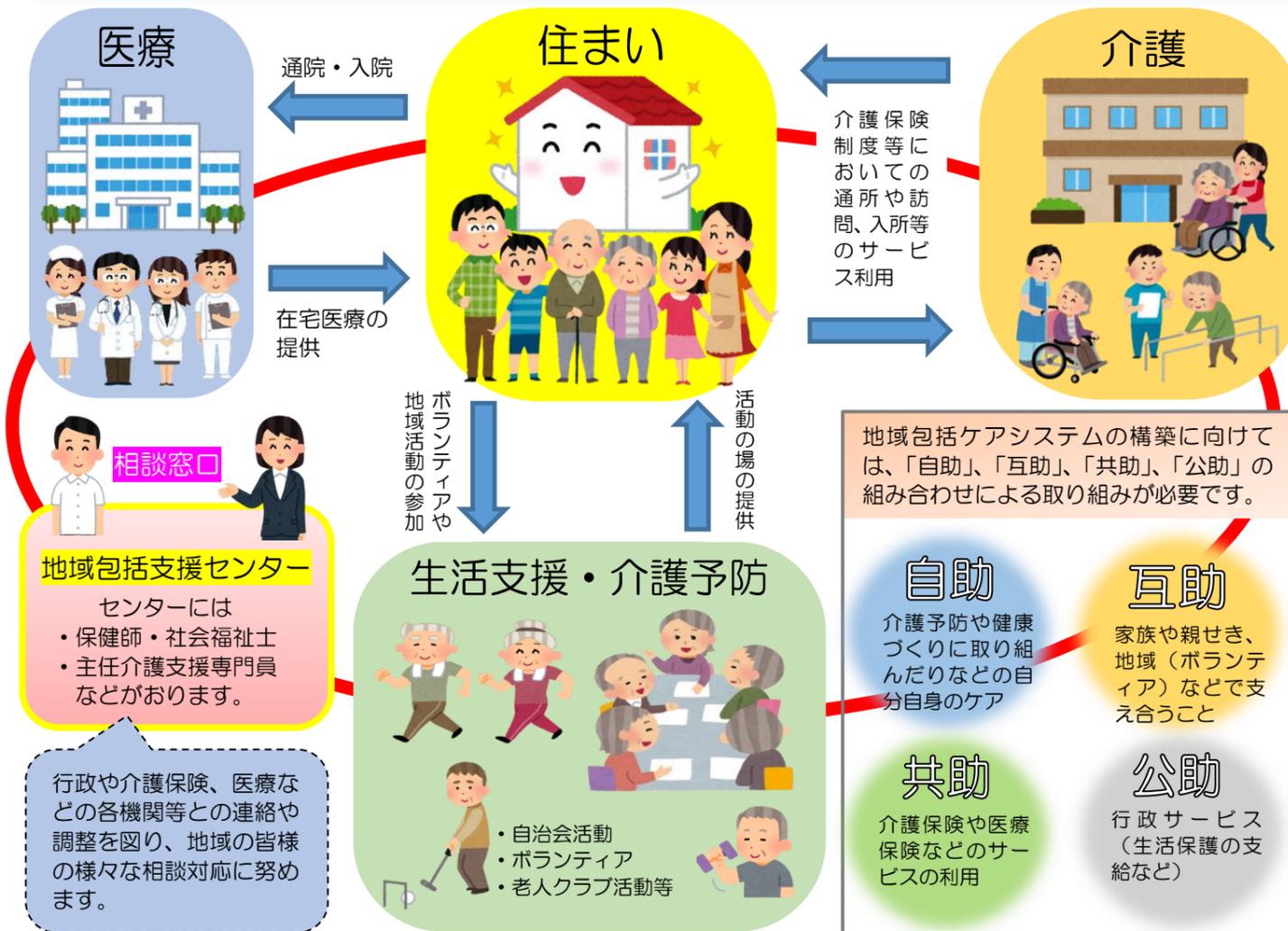
南島原市地域包括支援センター 広報紙

No. 43

2023. 12月

知っていますか? 『地域包括ケアシステム』

高齢になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けていくために



高齢者の皆様の相談や困りごとは... お気軽にご相談ください!

- 本所 (北有馬庁舎 2階) 〒859-2305
南島原市北有馬町戊 2747 番地 ☎ 84-2633
(開所時間 平日 8:45~17:30)
- サブセンター (布津庁舎 1階) 〒859-2112
南島原市布津町乙 1623 番地 1 ☎ 61-1190
(開所時間 平日 8:30~17:15)

地域包括支援センター
公式ホームページは
下記 QR コードから



南島原市の高齢化率(65歳以上の割合)はおおよそ40%となっており、高齢者の人口割合が高い地域となっています。老後の生活は様々なことに不安が生じると予測されます。日常生活でご近所同士のつながりがあったり、必要な時には医療や介護などの専門職に相談したり、力を借りたりすることが身近に感じられる関係性があれば、住み慣れた「住まい」で安心した生活を送ることができると思います。

このような安心した生活を送るための仕組みを『地域包括ケアシステム』と呼んでいます。地域包括支援センターは『地域包括ケアシステム』の構築を目指す中核機関として位置づけられています。南島原市地域包括支援センターでは住み慣れた「住まい」を中心として「医療」「介護」「生活支援・介護予防」が切れ目なく提供されるために、介護保険制度や医療、福祉に関することなどの相談対応や情報提供を行い、地域に暮らす人々への様々な側面からのサポートを行わせていただいております。

社会福祉士より

「市民対象の講座」や、「専門職対象の相談会」を行っています

自分らしく生活するヒントに



いきいき生活講座（市民対象）

開催頻度：年 1 回程度
対象者：南島原市民
内 容：相続・遺言など



弁護士による事例相談会（専門職対象）

開催頻度：2ヶ月に1回定期開催
対象者：福祉・医療関係者
講 師：法テラス雲仙
弁護士 山田耕一郎先生
内 容：参加者からあった相談事例への解説
関連する法制度・参考事例等の解説



気軽に相談できるきっかけ作りに



主任介護支援専門員より

『自立支援型ケア会議』毎月実施中です 毎月第3木曜日 13:30~15:00



どんな会議をしているの？

高齢者の生活課題に対して、多職種で意見を出し合い、課題の解決や、自立に向けた方法を検討していく会議です！

運動不足

半年前に自宅で転び、それ以降運動や外出の機会が減っている。動く時は手すりを使うことが増えている。

低栄養

1人暮らしであり、毎日の食事が総菜やカップラーメンなどが多くなっている。

お口の健康の低下

少し前より硬い物が食べにくくなっており、飲み込んでむせることも時々あっている。

お薬の管理の不安

1日のお薬の量が多く、お薬の管理に戸惑うことが増えている。

高齢者 A 様 (80 歳)

南島原市内の居宅介護支援事業所のケアマネジャーや、南島原市地域包括支援センターで担当している高齢者を対象に毎月2名ほど（匿名にて）ケース検討会議を行っています。会議には歯科医師や理学療法士、薬剤師、管理栄養士の方などが出席され、多職種からの専門的な助言をいただきながら、対象高齢者の方の自立した生活に繋がる様に努めております。



島原地域広域市町村圏組合介護保険課の主催のもと、現在は毎月オンライン会議にて実施中。

保健師より

～ ゆるやかに共に時間を過ごし、共に楽しみ、良い時間を ～

“訪問お話ボランティア そよかぜの会”の皆さんが希望される方のお宅への訪問活動を始められています。

活動内容 月1回程度、お話し相手を希望される方のお宅におうかがいします。例えば、思い出話をおききしたり、お話を楽しんだり、歌を歌ったり、手の体操をする 等々、お1人お1人の思いを大切にしています。



一緒に本を見ています

訪問先の編み物が上手な方から編み方を教えていただきました



新聞の広告チラシ等を使って綺麗な飾りを作ったこともありました



訪問を希望される場合は地域包括支援センター（☎84-2633）に気軽にご相談ください。訪問お話ボランティアそよかぜの会の活動をしたい方もご一報ください。

在宅医療・介護連携サポートセンターより

11月30日は、人生会議の日

毎年11月30日は、厚生労働省の定める人生会議の日です。『もしも言葉を話すことができなくなったら』『もしも余命があと3年となったら』どうしても伝えておきたいことはありませんか？南島原市では『こうしてほしい～わたしの気持ち～』という名の、『〇〇してほしい』『〇〇してほしくない』の気持ちを形に残すためのツールを作成しました。『こうしてほしい～わたしの気持ち～』ぜひ自由に記入してみましょう！
また、どのように人生を過ごしていきたいかなどのあなたの気持ちを大切な人へ伝えたり、大切な人が何を望んでいるのか、お話ししてみるのもいいですね（´▽`*）

お問い合わせは
福祉課 (73-6651) 又はサポ
ートセンター
(84-3030) まで

