

栗木台地域包括支援センターだより

2024年7月1日 第14号発行 栗木台地域包括支援センター 発行責任者 社会福祉法人 一廣会 理事長 山口 和子
〒215-0031 麻生区栗平2-1-6 小田急マルシェ1F 電話 044-987-6505 F A X 044-380-7970



川崎市が責任主体となり委託された公的な相談機関です。

みんなで元気に！つながろう！



日時 毎月第2木曜日
10:00~11:30

くろかわシニアサークルのご紹介

場所 黒川公会堂
(麻生区黒川1-2)

くろかわシニアサークルは、黒川町内会福祉部が主催する地域の集まりです。

前半は講師を招いての健康体操、後半は歌や折り紙・講話などの時間。みんなで楽しい時間を過ごします。

黒川地域は横に長く、住所によっては「会場が遠く、参加したいけど難しい」という声も聞かれていました。

そこで昨年度、地域サロンの送迎ボランティア『CAP片平』に相談。送迎サービス導入の検討を始めました。CAP片平から聞かれたのは、送迎ボランティアの人手不足。協力したいけれど、ドライバーの確保が難しい状況でした。

ドライバーが確保できない内は、送迎は実現しそうにありません。どうしたものかと悩み、くろかわシニアサークルで「送迎ボランティアに協力していただける方はいませんか？」と相談。そこで、黒川や近くの地域に暮らす3名の方がボランティアに手を挙げていただきました。

地域の方のご協力があって、くろかわシニアサークルでは令和6年2月から、送迎サービスがスタートしました。「家に閉じこもらないで、出かけられる場所を」そんな想いで始まったくろかわシニアサークルは、地域の支え合っていて続いています。



ボランティアさんの声

送迎は2名体制で、安全運転に努めています。送迎車両はSUZUKIのソリオで、幅の狭い道や勾配が急な坂、狭いスペースでの方向転換等をする場合でも安全な運転に役立っています。

また、送迎を利用される方には単なる移動手段のみでなく、コミュニケーションの場やドライブのようなアトラクションの機能も果たしており、とても喜ばれています。



お住まいの地域を担当するセンターにご相談ください

王禅寺西1~4丁目、王禅寺東1・2丁目、上麻生1~4丁目	新百合地域包括支援センター（つくしの里）	☎969-3388
高石4~6丁目、東百合丘、百合丘	百合丘地域包括支援センター（るーむら麻生）	☎959-6522
王禅寺、王禅寺東3~6丁目、虹ヶ丘 早野、下麻生、下麻生2~3丁目	地域包括支援センター虹の里	☎986-4088
王禅寺西5~8丁目、上麻生 上麻生5~7丁目、白山、下麻生1丁目	柿生アルナ園地域包括支援センター	☎989-5403
高石1~3丁目、多摩美、千代ヶ丘、万福寺	 高石地域包括支援センター	☎959-6020
片平、白鳥、五力田、古沢、岡上、栗平一丁目	 片平地域包括支援センター	☎986-4986

栗木台地域包括支援センター

☎987-6505

電話番号の
お掛け間違いに
ご注意ください！



担当地域

はるひ野、南黒川、黒川、栗木台、栗木
栗平2丁目、金程、向原、細山

佐藤（さとう）・内田（うちだ）・喜元（きもと）・本阿彌（ほんあみ）・岩壁（いわかべ）・原田（はらだ）

年に2回のセンター開放

ほうかつカフェ



栗木台包括では、地域包括支援センターをもっと身近に感じてもらう機会として、年に2回『ほうかつカフェ』を企画。センターを開放し、イベントを開催しています。

去る6月1日、今年度1回目の『ほうかつカフェ』を開催しました。

当日のイベントは、血管年齢測定と、押し花のしおりに作るワークショップ。血管

年齢測定は地域の訪問看護ステーションに、ワークショップの押し花作りは地域の方にご協力いただきました。

当日はお天気もよく、3時間という短い時間でありましたが、お子さんからご高齢の方まで、幅広い世代の地域の方約50名にご来所いただきました。普段包括支援センターに馴染みのない年代の方にもセンターを知っていただく貴重な機会になり、また多くの方のご協力のかけで楽しいイベントになりました。

次回『ほうかつカフェ』は秋に開催の予定です。お楽しみに!



気を付けよう! 脱水症

脱水は、体内の水分が不足している状態

高齢者の脱水の原因は?

- ・加齢による筋肉量の低下 (筋肉は水分の貯水庫です)
- ・腎機能が低下し、水分や電解質が失われやすい
- ・食事量の低下により、食事からとる水分が減少
- ・利尿剤などの薬の影響 など

こんな症状に要注意!

- | | |
|---------------|------------|
| 1. 軽度から中等度 | 2. 重度 |
| ①のどの渇き ②発汗の減少 | ①のどの渇きの減少 |
| ③皮膚の弾力性低下 | ②血圧の低下 |
| ④尿量の減少 | ③起立性低血圧 |
| ⑤口腔内の乾燥 | ④ショック・昏睡状態 |

脱水予防のために

- ・喉が渇く前に、水をこまめに飲みましょう
- ・エアコンを活用するなど、高温多湿を避けましょう
- ・扇風機などを利用して部屋の空気を入れ替えましょう
- ・外出時は帽子やスカーフなど、暑さ対策の服装を
- ・栄養バランスの整った食事を規則正しくとりましょう



包括支援センターの 多国籍支援

川崎市にはおよそ5万2千人の外国の方が暮らしています。地域包括支援センターは、国籍に関わらず、生活に困りごとのあるご高齢者の相談を受け付けています。

センターには昨年度、英語の話せる職員が入職!母国語が英語の方には、英語でのコミュニケーションが図れる職員で対応し、サービスを利用する際に作成するケアプランについても、ご本人やご家族が理解しやすいものにするため、英語での記載も行っています。

外国籍の職員が働いているサービス事業所も地域に増えてきました。外国の方も安心して地域で暮らしていけるように、センター職員一同頑張ります!

お問い合わせは：栗木台地域包括支援センター ☎044 (987) 6505

センター全般についてのお問合せは、麻生区地域みまもり支援センター-高齢者支援係 ☎965-5148 まで