

安心して暮らせる在宅生活を支援します！

# いきいき

(財)江別市在宅福祉サービス公社だより

平成13年1月22日 発行

第12号

編集・発行

財団法人  
江別市在宅福祉サービス公社

江別市大麻沢町5-6

電話(011)387-5111

ファックス(011)387-8655



百人一首を楽しむデイサービス利用者



理事長

吉村信義

## 三拠点で成果を

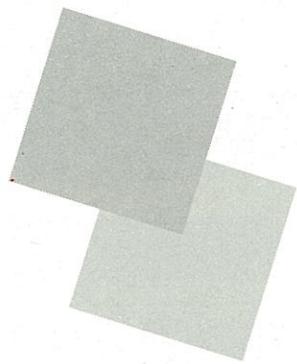
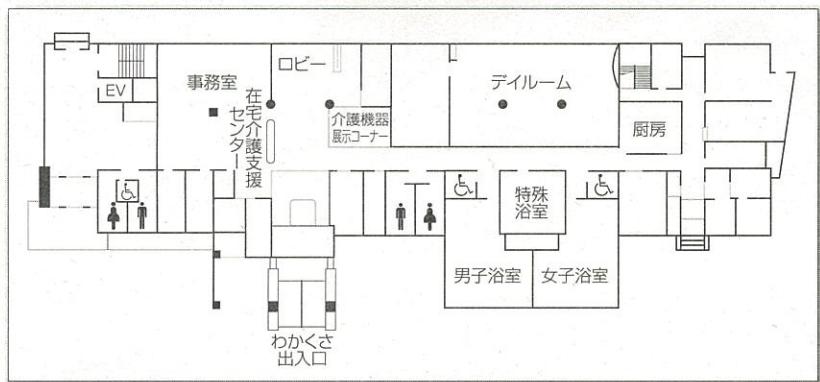
介護保険制度が始まつて約一年を迎えようとしています。在宅のままで福祉のサービスを受けたいと願う市民にとって大きな期待がありました。市民の日常生活にとって福祉サービスは、だれでもが、いつでも、どこでも求めに応じて、的確な質の良いサービスを受けることのできる『基地』が欲しいと願うのはいうまでもありません。市は市民の願いに合わせて、昨年十一月、若草町に「いきいきセンター」を開設しました。

大麻、東野幌地区に続く立派な基地が誕生したのです。公社は市民の願いを運営させて頂くことになりました。

在宅福祉サービスの充実を最も大切にしたいと考えております私たちは、理事会の方針のもとに、職員がひとつになって、市民生活の安心と安全に応えたいと考えています。

幸いなことに、三つの拠点が整いましたので、それぞれの地域の持ち味を生かして、三拠点を結ぶ全市的な福祉網を確かに、かつ、きめ細かく張り巡らせて、市民の福祉欲求の期待に応えなければなりません。しかも、親しく利用して頂くためには、可能な限り柔軟で弾力に富んだ相談にこだえ、質の高い多彩なサービスの提供が不可欠であります。このためには、従来にもまして住民参加の立場からご協力下さっている協力会員の方々のお力添えとともに、多くの市民が公社の活動に対しても、きびしげ目で支えて下さるようお願いをいたします。

# 江別地区に いきいきセンターわくわくさ オープン



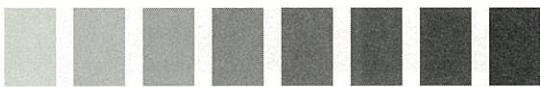
江別市立病院の旧外来棟を増改築して、昨年12月1日にオープンしました。いきいきセンターさわまち、あかしやに続く、財団法人江別市在宅福祉サービス公社3番目の施設です。この施設ができたことにより、大麻・文京台地区、野幌地区、江別地区の3地区をカバーすることが出来、効率のよいサービスを提供することができるようになりました。

在宅介護支援センター、居宅介護支援事業所、ホームヘルプサービス、デイサービスセンターの4つの機能を備えております。

ホームヘルパー部門では、18人のホームヘルパーが、皆様のご要望にお応えして、お宅にお伺いをさせていただきます。デイサービス部門では15名のデイサービスのスタッフが、皆様の来所をお待ちしております。3月には新しい、ストレッチャータイプのワゴン車も購入し、より重度の在宅の方にも対応できるようになります。また、在宅介護支援センター、居宅介護支援事業所の相談部門の職員も介護福祉士と看護婦の資格を持つ常勤の職員を2名配置しており、皆様の相談を受ける体制も整っております。

皆様の福祉を守り、より質の高い生活をおくっていただけるよう今後も鋭意努力してまいりますので、よろしくお願い申し上げます。

# 在宅介護支援センター

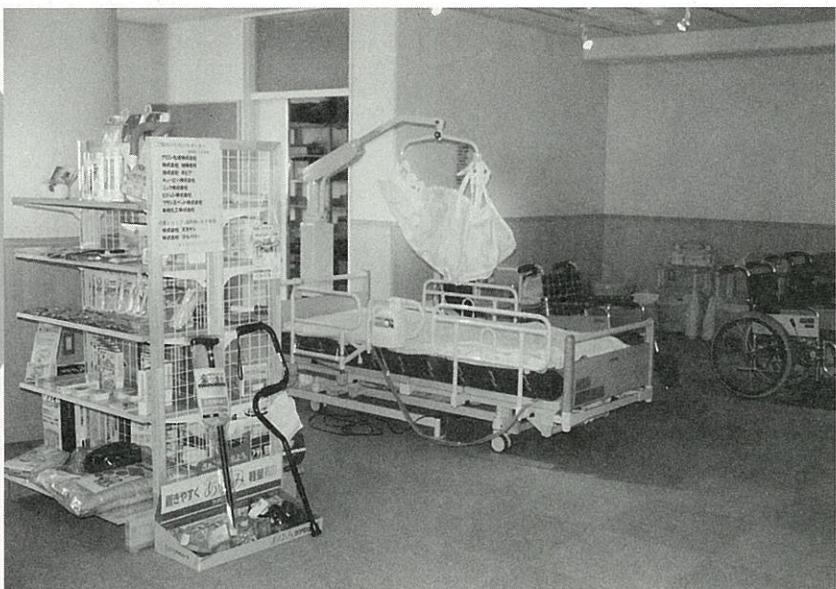


## 介護用品展示

介護用ベッド、車椅子などの福祉用具を常時展示しています。

実際に見て、触れて体験して下さい。

福祉用具のパンフレット、カタログも多数用意しておりますので、専門のスタッフにご相談下さい。



## 福祉のなんでも相談

福祉のことなら、何でも相談して下さい。

ご自宅までお伺いします。

秘密は厳守いたします。



## 介護保険の手続き

介護保険のことなら、何でも相談下さい。

介護保険の代行申請をいたします。

介護サービスを受けるためのケアプランも立てさせていただきます。

## ホームヘルプサービス



日常生活の困り事はお任せ下さい。

ご自宅にお伺いをして、援助させていただきます。

家 事 1時間

自己負担額 おおよそ150円

介 護 1時間

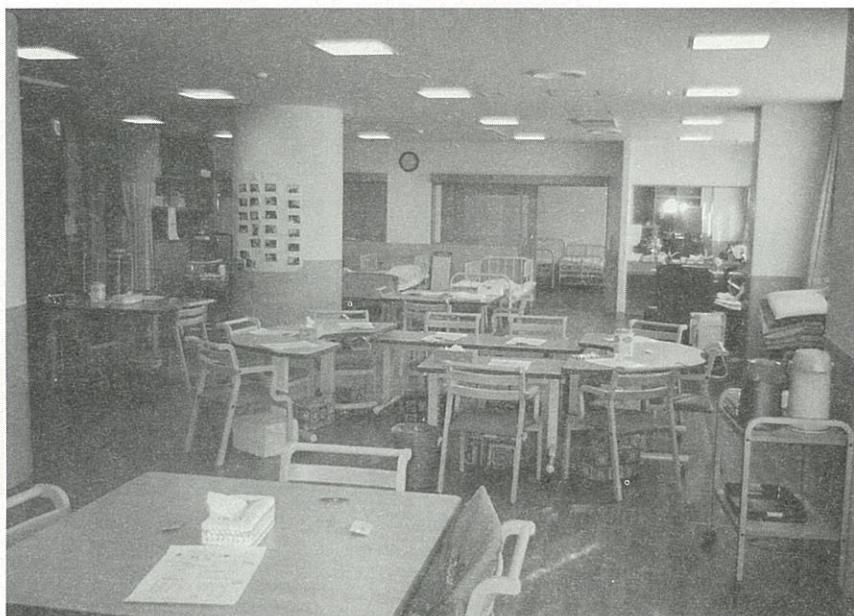
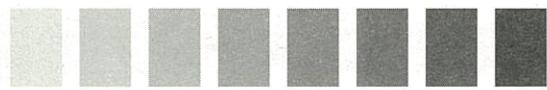
自己負担額 おおよそ400円

深 夜 (22時から6時まで) 自己負担額 30分でおおよそ300円 です。

ご家族、ご本人の都合に合わせて事前にご契約いただいた時間帯であれば、深夜早朝夜間を問わずお伺いします。



# デイサービスセンター

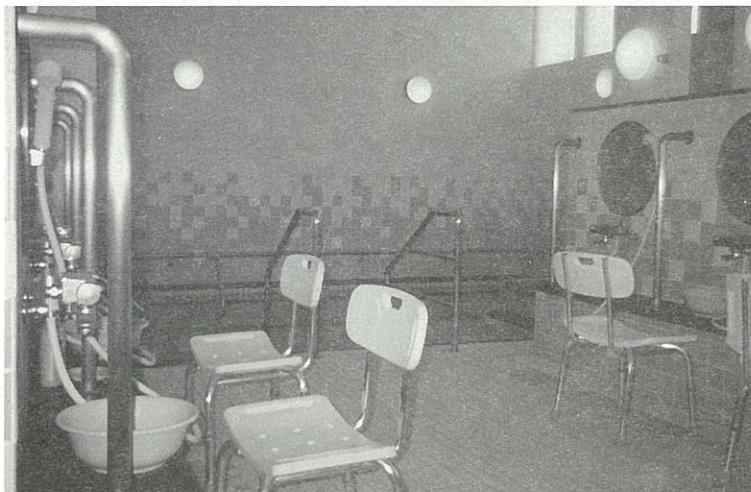


## デイサービスルーム

広々としたデイサービスルームで、皆さまのお越しをお待ちしております。

## 食事ができます

わかくさは、厨房がありますので、その場で作ったあたたかい食事を食べることができます。個人の嗜好にあった食事をできるだけ提供させていただきます。

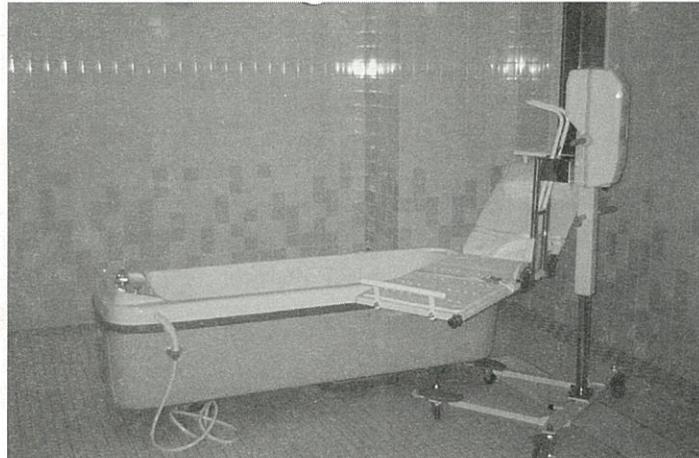


## 入浴ができます

看護婦による健康チェックのあと、高齢者専用の浴室で入浴ができます。  
風呂場は床暖が入っています。あらゆるところに手すりがあり、浴室内にはスロープもあり、介護員の付き添いにより、身体の不自由な方も入浴できます。

## 特殊浴槽

寝たままで入浴できる専用の浴槽です。



## 賛助会員 (1月18日まで)

敬称略

伊藤 恵	2,000円	渡辺 秀一	2,000円	伊東 悠平	2,000円
嶋倉 昭	2,000円	荻野 文雄	2,000円	高田 末雄	2,000円
浦島 忠勝	2,000円	笠羽 範夫	2,000円	河上 義之	2,000円
桜井 康治	2,000円	宮内 清	2,000円	長原 洋志	2,000円
斎藤 雅也	2,000円	中野 恵子	2,000円	武田 信一	2,000円
鎌田 米一	2,000円	高波 要	2,000円	中川 正志	2,000円
知野 辰男	2,000円	大森 彪	2,000円	小玉 隆	2,000円
小館 一麿	2,000円	吉田 隆	2,000円	後藤 英雄	2,000円
林 仁博	2,000円	武部 忠一	2,000円	松浦 洋子	2,000円
伊東 玉江	2,000円	吉田 要	2,000円	大角 貞子	2,000円
平原 正昭	2,000円	蝦名 匡	2,000円	原田 清美	2,000円

ありがとうございました。

## ご寄附 (1月18日まで)

敬称略

喜多 フミ	15,000円	吉村 信義	10,000円
江別婦人団体協議会	3,000円	高橋 八重子	50,000円
ぼけ老人を支える会	28,500円	じゅらく会	24,800円

ありがとうございました。

## 機構改革

昨年12月1日の、いきいきセンターわかくさのオープンに伴い、公社の機構の一部が変わり、職員の採用と異動がありました。いきいきセンターわかくさでは、施設責任者、在宅介護支援センター、居宅介護支援事業所、ホームヘルプサービス、デイサービスセンターの機能を備え介護サービスの体制を整えています。

## 職員紹介

### 新採用 (平成12年11月1日)



木村 いづみ  
(在宅介護支援センターわかくさ相談員)

どうぞ  
よろしく!



## 公社サービスのご紹介



笑顔でお待ちしています！

# 在宅介護支援センター

在宅介護支援センターは、在宅で生活しているお年寄りや障害をかかえる方を介護しているご家族などに対し、在宅介護に関する相談やサービス提供機関との連絡調整などを中心業務として来ました。

さらに、昨年4月から始まった介護保険制度下においては、居宅支援事業者として、認定調査・代行申請・ケアプランの作成・サービスの調整など、皆様にお役に立てる相談窓口をめざし、取り組んできました。

新しい制度の下、大忙しの一年でしたが、介護保険への取り組みを強める一方で、介護保険だけでは対応しきれない様々なサービスの必要性に気づかされた一年でもありました。

「いつまでも、住み慣れた我が家で自分らしく過ごしたい！」という一人一人の願いが、地域みんなの願いとなって、地域ケアへとつながっていくような連携・支援のかなめが在宅介護支援センター（以下、センター）の仕事です。

江別市内には、現在7ヶ所のセンターがありますが、そのうち3ヶ所が福祉公社のセンターです。平成7年に市内で一番早く開設した、「いきいき」、平成9年の「あかしや」、そして、昨年、江別地区にオープンした「わかくさ」です。

このうち、「いきいき」センターは江別市より、「基幹型」の委託を受けました。「基幹型」センターは連携が円滑に行なわれるよう、市内のすべてのセンターを包括した連絡支援体制を整え、各センターを支援する役割を担っています。

名 称	所 在 地	電 話	特 長
いきいき	大麻沢町5-6	387-5656	基幹型センター
あかしや	東野幌町47-8	381-1233	いきがいデイサービスの拠点
わかくさ	若草町6-1	391-4611	市立病院・保健センターに隣接

..... 今回は、センターのさまざまな利用の仕方をご紹介します。 .....

## Q&A

### こんな時、どうするの？



65歳以上の方はもちろん、40歳以上の医療保険に加入されている方も介護保険料を納めています。でも「まだまだ、介護は先の問題！」とお考えではありませんか？

安心した老後を住みなれた地域で過ごすための介護保険について、わからないことなど、ございませんか？

いつでもお気軽に各センターの相談員にお問い合わせ下さい。



介護保険からサービスを受けるためには、寝たきりや痴呆などサービスが受けられる状態かどうかの認定（要介護認定）を受けることが必要です。

在宅介護支援センターでは、電話や来所相談だけではなく、ご自宅まで、相談員がお伺いして代行申請を承ります。

お体が不自由で外出が困難な方や、冬の間交通機関を利用されるのが困難な方など、まずは、お電話でご連絡下さい。



はじめての在宅での介護。「何から準備してよいのか?」「どんなサービスが利用できるのか?」とても、不安なものです。まずは在宅介護支援センターにお気軽にご連絡ください。お年寄りのお世話の仕方、介護保険のこと、ホームヘルパー、訪問介護、デイサービス等在宅介護のさまざまな福祉サービスをご紹介いたします。



各センターには、介護用ベッド・車椅子・簡易トイレなど家庭で利用するための福祉機器・介護用品などを常時展示しています。

いつでも、ご自由にお手にとってご覧いただけます。相談員が、使用方法などご説明いたします。



各センターでは、自治会・婦人部・老人クラブなどの依頼におこたえして、介護実習講座や寝たきり予防の教室などを開催しています。

実習では、寝たままで寝巻きを交換したり、身体を動かしたり、和気あいあい、とても楽しいひとときです。ぜひ、ご近所の方々お誘い合わせの上、各センターにお申し込み下さい。



介護保険以外の福祉制度についても、在宅介護支援センターにお問い合わせ下さい。身体障害者福祉法による、日常生活用具や補そう具などの申請の代行もいたします。



江別市には、要介護状態を予防するためのいろいろなサービスがあります。「介護保険までは必要ないけれど、自宅に閉じこもりがちで足腰が弱るのが心配…。」そのような時にも各センターにご相談下さい。いきがいデイサービスなどご紹介いたします。

## 高齢者のためのストレッチ

## 《朝、目覚めたときに寝たまでのストレッチ》

ストレッチは時間や場所を選ばないので、いつでもどこでも行えます。スケジュールの余白をフル活用したストレッチで、健康な体を目指しましょう。

- 1 大きく背伸びをしましょう。  
ストレッチというより全身  
のリラックスです。



- 2 枕の上で首を片側に倒し  
て静止します。左右とも行  
いましょう。



- 3 左足を立てて、ひざの内側に左手を置きます。そ  
のまま外側へ向けて倒していきましょう。  
同じようにして、右足も行ってください。  
股のストレッチになります。



- 4 立てた片足とは反対の手をひざの外側へあてます。  
そのまま足を交差させるように倒していきます。  
両足とも行いましょう。



- 5 片足を両手で抱えて胸へ引き寄せます。  
両足とも行いましょう。



- 6 ひじについて上体を引き上げ、そのまま静止します。



## 介護に関するご相談は…

在宅介護支援センターいきいきへ

☎387-5656

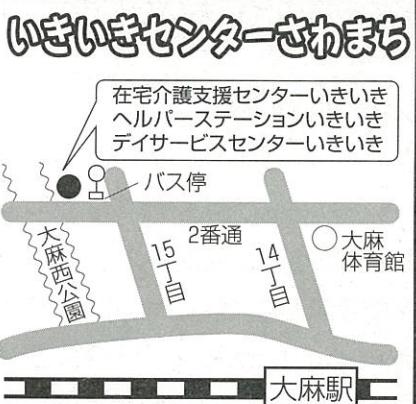
あかしやへ

☎381-1233

わかくさへ

☎391-4611

## 施設のご案内



〒069-0842 江別市大麻沢町5-6  
電話(011)387-5111  
ファックス(011)387-8655



〒069-0821 江別市東野幌町47-8  
電話(011)381-1233  
ファックス(011)381-1150



〒067-0004 江別市若草町6-1  
電話(011)391-4611  
ファックス(011)391-4612