

# 地域包括支援センター坂下通信

「地域包括支援センター坂下通信」の発行は、年4回(春・夏・秋・冬)の季刊発行しています。この通信を通して皆様に当センターが、どのような事を行っている所なのか等、お知らせや情報を発信していきます。



## 地域包括支援センター坂下より

今回は要支援や要介護状態にならないように普段の生活の仕方や家の中の環境などについてお伝えします。高齢者は加齢によって身体機能が低下します。

日常生活で**転ばないため**に下記のような点について気を付けましょう。



①室内でつまづかないために、家電製品の**コード**を歩く所に出さない。

②カーペットなどの**敷物**を敷く際はふちが出ないように隅まで**敷き詰める**。

③**スリッパ**やサンダルは控え、ルームシューズ（室内用のくつ）に替える。

④照明などで足元を照らし視界を明るく保つ。（暗い所を歩かない）

⑤床に物を置かず、歩く場所を常に**片付ける**。



⑥背の高さより上には物を置かない。脚立やイスの上に**立たない**。

⑦駐車場では**車輪止め**に気を付ける。急がない、慌てない、自分のペースで動く。



## 活動報告（研修）

日々の相談業務の内容は多岐に渡るためセンターでは常に職員の資質向上の取り組みをしています。12月12日（木）に相談技術の向上を目的に「精神障がい・発達障がい者の理解と対応」をテーマに、障がい啓発キャラバン隊 チーム・メッセージャーに依頼し、障がい者生活支援センターJHNまある 宮原 香苗氏より、対人援助者のこころの健康などについて講義を受けました。障がいの特性を学び理解を深めることができました。

## 傍聴希望の方募集



地域ケア会議から出来上がった住民主体の活動の報告会が開催されます。ご興味のある方はご参加ください。

開催日時：令和7年2月17日（月）

13：00～14：30

傍聴会場：特別養護老人ホームあさひが丘地域交流スペース

※同時刻で開催されている報告会の配信を傍聴いただけます。

※希望者は2/10（月）までに地域包括支援センター坂下にお電話ください。



春日井市地域包括支援センター坂下

春日井市神屋町1306-1

☎ 93-1314

開所時間：月～金曜日 9：00～17：30

※ご相談の際は 左記まで

まずはお電話ください

担当：木根、戸田、杉山

神馬、小林、小菅