

お元気ですか？こちらは 白川町地域包括支援センターです

No. 4

平成22年6月発行

白川町地域包括支援センターでは、

「白川町の高齢者の方が、住み慣れた地域で、安心して
その人らしい生活を継続することが出来る。」

の理念のもとに、活動しています。

そのために次のようなことをしています。

- 高齢者の方々が、健康で生き生きとすごしていけるよう、健康や生活についての情報を伝えたり、相談をお受けしています。
- 白川町で、いつまでも元気で暮らせるように、地域の人や福祉の関係者と共に、住みよい町づくりをすすめています。
- 高齢者の方々を、地域で支え合えるような関係づくりを、お手伝いしています。
- 高齢者の方々に関する様々な相談窓口として対応しています。お気軽にご相談ください。

私たちが、白川町地域包括支援センターの職員です。よろしくお願ひします。



主任ケアマネジャー
田口 千枝子



保健師
加藤 千波



社会福祉士
則武 弘美



保健師
杉山 智絵



事務
安江 知子

住所 〒509-1106

白川町坂ノ東5770

電話番号

0574-79-0033

ファックス番号

0574-75-2135

メールアドレス

houkatsu-t33-n44-n55@marble.ocn.ne.jp

白川病院敷地内

健遊館 1階

24時間電話対応します

地域包括支援センターをご活用ください

白川町では、高齢者の方がいきいきと老人クラブやサロンの活動に参加されています。地域の仲間で集まり、楽しく話し合ったり、相談し合ったり、高め合ったりという関係はとても大切です。

白川町地域包括支援センターでは、皆様の活動を応援しています。今まで包括支援センターの職員が地域へ出向き、講話などを行ってきました。ご利用は無料です。お気軽にご相談ください。

内容はご相談に応じその都度計画できます。また、こんな人に来てもらいたい、こんな話が聞きたいなどの要望に応じ適切な人を紹介することもできます。

講話内容：元気に過ごすための身体によい話

悪徳商法に気をつけよう

楽しいレクレーション

認知症予防について

介護保険について

血圧測定・健康相談 などです。



こんなに元気な方 紹介します



若い人も、みんなで
面白いこと考えて、
一緒にやろまいか。

黒川小坂にお住まいの藤井敦美さんです。お年は80歳。

南京玉簾・マジック・歌謡ショー、最近は「がまの油売り」、などなど多才です。地区福祉ふれあいの集い、総会後の余興、まめな会、各地のサロンなど町内各地へボランティアで出向き、地域の皆さんに楽しい時間为您提供されています。右の写真は、黒川の仲間と「愛染かつら」を共演中。

衣装から全て自前で、衣裳が部屋にあふれているそうです。

60歳ころよりはじめられ、常に何か面白いことはないかと考えばかりの毎日のようです。南京玉簾は、仲間に広めて6人位のグループで活動されています。その他、ゲートボール、カローリング、ボーリング、好きなことの話を始めたら止まりません。元気いっぱい毎日を楽しんでおられます。



町内では様々な介護予防事業が開催されます。

教室名	対象者	内容	送迎	料金	問い合わせ・申込先
まめな会	65歳以上の方	レクレーションや体操、買い物、寄せ植え等、交流を楽しみながら過ごします。 各地区〔白川地区（第1・第2）、白川北地区、蘇原地区、黒川地区、佐見地区〕 毎月1回 午後から（1日の時もあり）	有り	茶菓子代 弁当代等	社会福祉協議会 TEL72-2327
脳の健康教室	65歳以上の方	簡単な読み書き計算の学習をします。会話をしながら楽しく学習します。教室以外にも毎日10分程度の自宅学習があります。 週1回（40分） 午後から 白川地区（白川・白北・蘇原）、黒川地区、佐見地区	有り	月額 2,300円 茶菓子代含	社会福祉協議会 TEL72-2327
介護予防講座	65歳以上の方	1. 転倒予防講座 パワーリハビリや健康体操等を行い、筋力アップ・バランス感覚を養って転倒を予防します。 2. 佐見地区健康講座 ヘルスリズムス、健康体操等を行い、心もからだも健康になる講座です。 3. 認知症予防講座 音楽療法、口腔ケア、園芸療法等を行う事で大きな声で笑ったり、頭を使う事で脳を刺激し、認知症を予防します。 (各4回コース)	有り	各コース 4回で 3,000円	白川病院 TEL72-2222
いきいきはつらつ教室	65歳以上の方	セラバンドによる転倒予防体操を中心に口腔栄養・うつ予防等の健康に関する講話があります。（8回コース）	有り	茶菓子代等	地域包括支援センター TEL79-0033
認知症サポーター養成講座	小学生以上 少人数～団体	認知症サポーターの活動とは、認知症について理解をし、認知症の人や家族を温かく見守ることです。認知症を理解した認知症の人への「応援者」として認知症サポーターを養成し、安心して暮らせる町づくりを目指しています。	無し	無料 テキストと オレンジリングがもらえます。	社会福祉協議会 TEL72-2327

- ★ その他、各地区のサロン等あります。
- ★ 各教室の詳細については、お問い合わせください。



高齢者に関する白川町内の相談窓口

町内の高齢者に関する相談窓口一覧です。高齢者の介護や福祉に関するご相談は包括支援センター又は最寄りの相談窓口にご相談ください。

相談窓口の名称	住 所	電話 番 号
白川町地域包括支援センター	坂ノ東	79-0033
白川町保健福祉課（町民会館内）	河 岐	72-2484（相談専用）
サンシャイン美濃白川	坂ノ東	75-2340
白川在宅総合ケアセンター（白川病院）	坂ノ東	75-2388
さわやか白楽園（社会福祉協議会）	三 川	72-2327
気楽園	黒 川	77-0033
せせらぎ園	下佐見	76-0033
民生委員	各地区	

包括支援センターの場所が平成22年6月下旬から変わります

白川町地域包括支援センターは、平成22年6月以降、下記のように移転します。
健遊館（注1）という建物の1階に新しく事務所が入ります。

今後、包括支援センターでは介護予防（介護状態にならないための予防）のための事業や講演、障害のつどい等を健遊館で行っていく予定です。お気軽にお立ち寄りください。

注1：健遊館とは、「保健・医療・福祉の連携、健康増進、住宅政策」の機能を持つ建物です。1階に白川町地域包括支援センター等のさまざまな事務所、2階にグループハウス千日草、3階に高齢者専用賃貸住宅があります。

