

かしまだ包括 虹便り 第13号

新年のご挨拶

センター長

深井 純子

あけましておめでとうございます。
新しいスタッフを含め六人体制となり、これまでよりパワーアップし、より地域に深く入り込みながら、皆様に頼りにされる包括支援センターになれるよう全員で精進して参りたいと存じます。



虹便りの刊行も三年目を迎えました。地域の皆様になるべくフレッシュな話題をご提供できるように昨年からは隔月発行と致しました。そのため私達がたくさん地域に出ていき皆様の地域での活躍の様子をお伝えできるように努力してまいります。

喫茶きらめきが 一周年を迎えました。

喫茶きらめき一周年

おめでとうございます。

立ち上げるまで、また軌道に乗せる

までの皆様のご功労に感謝致します。

今では、山崎町内会の

ご近所支え愛の

見守り活動の

ひとつとして

地域に定着して

きている素晴らしい

サロンに発展して

います。



喫茶きらめき・ひろばかしまだの

活動等が認められ、日吉第一民生

委員児童委員協議会が、全国民生

委員児童委員協議会から優良民生

委員児童委員協議会として

「会長賞」を受賞されました。

日ごろの民生委員の皆様の地道な

地域への支援が認められ

私達かしまだ包括も誇らしく

思います。



おなかげんき教室が 開催されました。

十二月九日にかしまだ包括けんこう塾で「おなか元気教室」を開催しました。

腸内では乳酸菌と大腸菌とがせめぎ合い睡眠中にも体の中では細胞の修復が行われ腸内清掃が行われているそうです。

便秘には、筋力低下・ストレス・トイレの我慢によって起きる機能性の便秘も多いとこの事です。乳酸菌を摂ると共に適度な運動と気分転換、規則正しい排便習慣を持つことで、食べた物が

三日以内に排泄出来る

ように心がけましょう。



ハイジカフェが 開催されました。

地域の専門職と一緒に、念願の認知症カフェを開店することができました。

当日は認知症サポート医の関口先生が開店の挨拶をしてくださいました。

また、鹿島田病院横山先生や小泉診療所の小泉先生などのジャズバンドによる生演奏が行われ、カフェ全体を温かい雰囲気にしてくれました。その後の歌や頭と体の体操で、あっという間の二時間でした。

まだまだ新米の店員ばかりですが、楽しいひと時を提供できるよう協力して頑張っていきます。

次回は一月十三日（金）十三時開店です！

川崎市委託事業

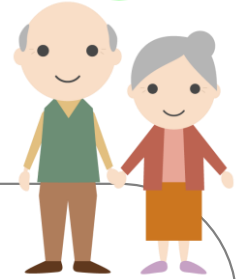
指定介護予防支援事業所

かしまだ地域包括支援センターのご案内

〒212-0027

川崎市幸区新塚越201ルリエ新川崎6階

TEL : 044-540-3222



相談窓口

- ・介護予防支援・川崎市総合事業の相談、受付
- ・医療、介護などの総合相談
- ・川崎市独自サービスの受付
- ・高齢者の虐待や権利擁護に関する相談

担当エリア

北加瀬・矢上
鹿島田・下平間
古川町・新塚越

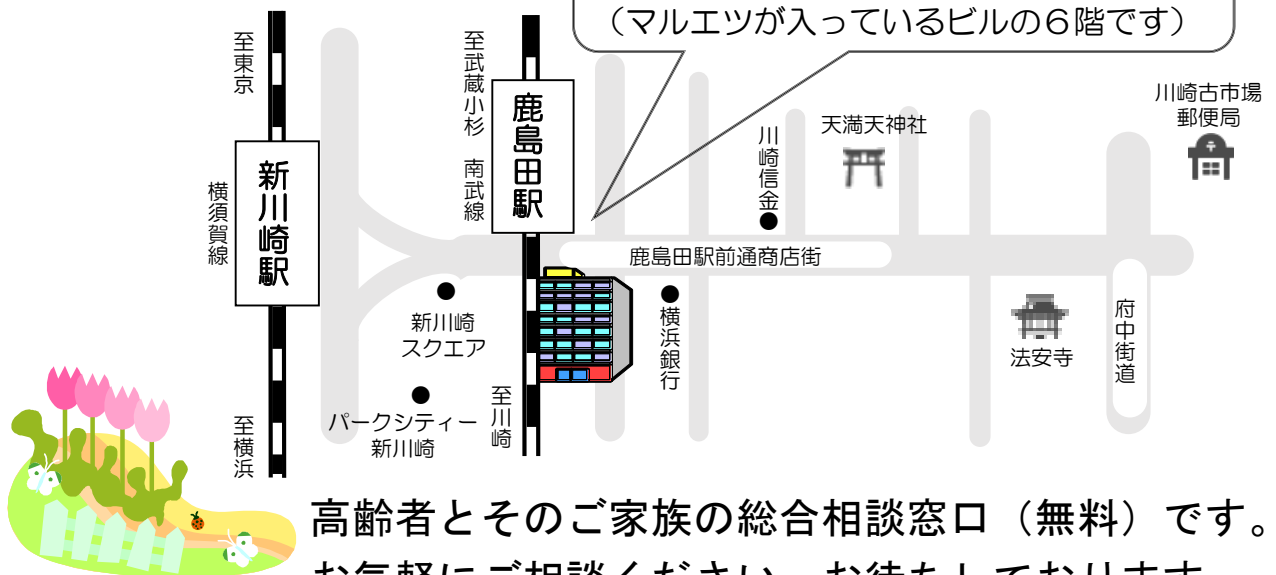
*看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員が
来所、電話、訪問による相談をお受け致します。

*秘密は厳守します。

相談時間 月曜日～土曜日
9:00～17:00まで



かしまだ地域包括支援センター
(マルエツが入っているビルの6階です)



高齢者とそのご家族の総合相談窓口（無料）です。
お気軽にご相談ください。お待ちしております。