

かしまだ包括 虹便り 第18号

インフルエンザ 予防接種の話

インフルエンザに罹らないためにはまず予防接種を受けましょう。高齢者が年内に川崎市の協力医療機関で受ける場合は一部自己負担で二三〇〇円、または全額公費負担で受けられます。

一例として、住民税非課税世帯の皆様はご自宅に届いている最新の介護保険料納入通知書（保険料段階が第一〜第四段階のもの）を医療機関にお持ちになれば無料で受けられます。



作品介绍

十年程前から、へら鮒釣で使用している浮子を手作りしています。

下平間在住
成川賢一さん



孔雀の羽根を割いて丸く形作り、磨きまです。上部のグラスファイバー部分も上部と下部で空気の入り方を変え色々な点を工夫しています。重りになる鉛の大きさを調整しその先につける餌の大きさや固さなども微妙な調整が必要との事。長い竿を使いアタリがきた時の竿のしなりが面白いと話されます。今まで大きなもので五センチのへら鮒を釣ったこともあるそうです。今年最後の例会は十一月。良い結果を楽しみにしています。



シリーズ 権利擁護 第四回

高齢者を狙った消費者トラブルや振り込め詐欺が年々増えています。

トラブルをくいとめるには？

① 高齢者本人が問題意識を高める。

② 家族や友人、周りの方が変化に気づく、高齢者を見守る目をもつことが大切です。

【消費者トラブルについて】

なぜ、高齢者が狙われやすいの？

・だまされたことに気づきにくい。

（疑うことを前提としない。優しい言葉で話し相手になってくれる。）



・被害にあっても誰にも相談しない。
（恥ずかしい。迷惑をかけたくない。
だまされた自分が悪い。と思っ
てしまふ。また「誰にも言っ
てはいけな
い」と言われる）

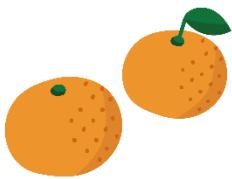
★もしかして！と思ったら？

納得がいかない！

困った！時は、

川崎市消費者

行政センターへ



消費生活トラブルで困ったときは…

相談窓口電話番号

044-200-3030

月～金曜日9:00～16:00 / 土曜日10:00～16:00
*日曜日・祝日・年末年始（12/29～1/3）を除く
*金曜日は電話相談のみ19:00まで受付 *土曜日は電話相談のみ受付

包括支援センター活動紹介

★コグニサイズ講習会

コグニサイズとは「頭を使いながら体を動かす」という認知症予防の運動プログラムです。地域の集まりにも取り入れたいというボランティアさん向けに、先生をお招きして講習会を開きました。うまくできないほうが頭を働かせているのだそうです。いっぱい笑いながら行ないました。



★下平間住宅「元美人班」はじめ班会

同じマンションに住むお仲間と、定期的に集まり、色々な情報交換をしていらっしやる『元美人会』にお邪魔してきました。介護保険の説明や地域包括支援センターの

仕事について説明したり、一緒に介護予防の体操をさせて頂きました。ご近所同士とこのことを強みにお互いに見守り、助けあっている明るい皆さまでした。



★聴くことで寄り添える自分になろう！

かしまだ包括支援センターで開催している『ハイジカフェ』のお手伝いをして頂いているケアネジャーさん達と一緒に『傾聴』の勉強会を開催しました。様々な場面で高齢者の方のお話を聴く機会が多い私達ですが、まずは、信頼し、安心してお話しして頂けるように、学んだことを生かしていきます。



川崎市委託事業

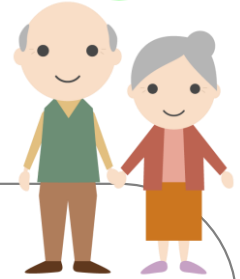
指定介護予防支援事業所

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

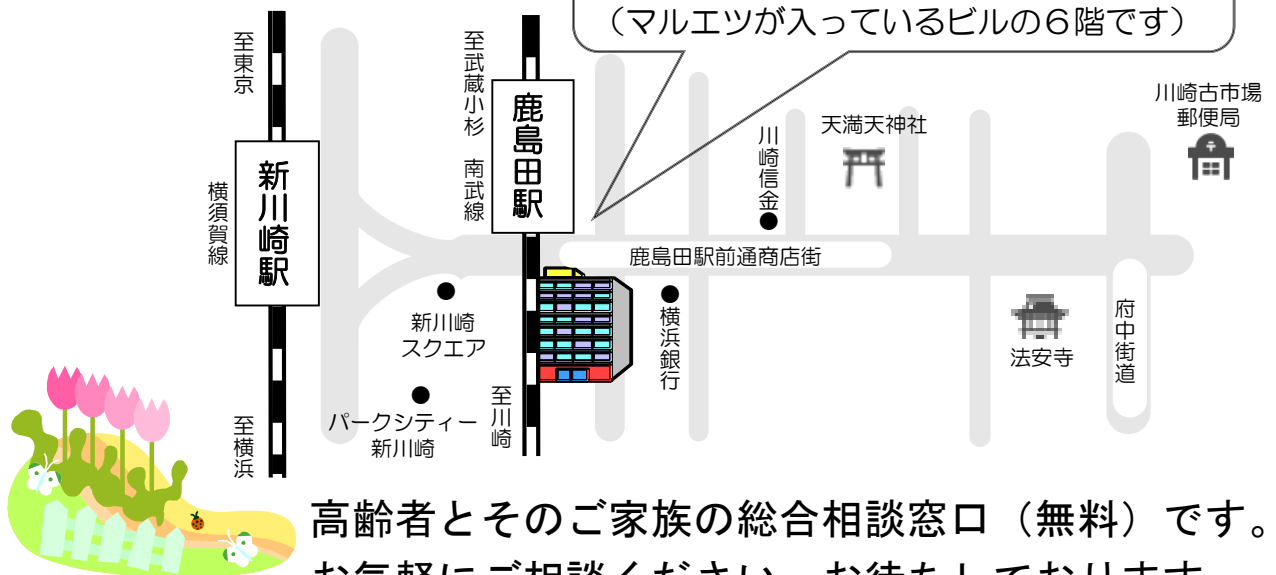
*看護師、社会福祉士、主任介護支援専門員が
来所、電話、訪問による相談をお受け致します。

*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。