

# 尾鷲市地域包括支援センターだより

発行 尾鷲市地域包括支援センター

〒519-3618 尾鷲市栄町5-5(尾鷲市福祉保健センター内)

TEL 0597-22-3003 FAX 0597-22-3402



第18号  
だにゃあ

発行日 平成28年9月20日

## 事業紹介

### 第2回介護者の会 (ささえ愛)

7月28日(木)、栄養士の小川早知子さんをお迎えし、簡単クッキングと試食会を行いました。今回は11名の方にご参加いただきました。調理時間1時間ほどで6品を調理しました。炊き込みご飯以外は火を使わず、すべてレンジで調理しました。

参加された方より、「のどごしの良い食べ物でおいしかった」「電子レンジを活用した調理方法を教えてもらってよかった」「料理のレパートリーが増えた」とのご感想をいただきました。

#### メニュー

1. ささみときゅうりのおろし和え
2. 長芋と明太子のマヨ和え
3. 温泉卵
4. あんかけ豆腐(2種)
5. キウイ大福
6. 新しょうがの炊き込みご飯

#### 小川さんによる調理実演



#### 調理中のようす



また、「摂食回復支援食あいーと」の試食も行いました。

- ◆再形成食ではなく、食材そのものの繊維を軟化加工。見た目は常食と変わらず、目でも食事を楽しめる。
- ◆硬い野菜や肉も常食に比べ、硬さを1/100から1/1000という舌で崩せるやわらかさを実現



煮物

牛肉

### 第3回介護者の会 (ささえ愛)

9月15日(木)、AEAJ認定インストラクターとアロマセラピストの資格を持つ、平山 美喜子様を講師にお迎えし、アロマテラピー講座 ～ルームスプレーとバスソルト作り～を開催しました。アロマテラピーで使用する精油(エッセンシャルオイル)にはうつ病や風邪予防、リラックス効果など精油ごとに様々な効果があり、参加された皆様は好みの香りや効果を確認しながら制作されていました。

参加された方から「昨年もアロマ講座に参加し、ルームスプレーを作った。寝つきが悪い時スプレーを使うとぐっすり眠れるようになった。」とお話を聞かせていただきました。

次回の介護者の会は、11月10日(木)10時から12時まで福祉保健センター4階にて介護講習会を行います。参加をご希望の方は地域包括支援センター(22-3003)までお電話ください。

#### ルームスプレー製作中



## 第2回 居宅介護支援事業所連絡会議

9月8日（木）、福祉保健センターにて居宅介護支援事業所連絡会議を開催しました。今回は「地域から孤立し支援拒否する高齢者～ゴミ屋敷問題～」と題し、関西福祉科学大学 小口 将典先生を講師にお迎えし、尾鷲地域でも問題となっているゴミ屋敷問題に焦点を当て、ケアマネジャーとしての視点や役割、対象者とのコミュニケーションの取り方等を学びました。

参加された方からは、「ケアマネ以外の行政職員（市・県）の方々にも検討して頂きたい議題だった。」「ゴミ屋敷の方を支援する際のプロセスが参考になった。」等のご感想をいただきました。



## 認知症サポーター養成講座

9月17日（土）、尾鷲中学校2年生の皆さんを対象に認知症キッズサポーター養成講座を開催しました。「認知症（キッズ）サポーター」とは認知症を正しく理解し、偏見を持たず、認知症の方やその家族を温かく見守る応援者として、自分の出来る範囲で活動する人のことです。包括支援センターでは尾鷲市が優しい町になれるよう今後も認知症サポーター養成講座の開催に取り組んでいきます。講座の受講希望がありましたら、随時受け付けておりますのでお気軽にご連絡ください。



みなさまからの記事を募集します



この度、関係団体様との情報共有・連携強化地域全体の支援の質の向上を目的として記事を募集することとなりました。興味のある方、希望される方等おられましたら、地域包括支援センターまでお問い合わせください。

**対象** 包括だよりを送付している団体

〔市内の医療機関、介護事業所および関係団体、警察、消防、行政機関等〕

**内容** 関係機関等を含め、地域で共有したい情報

地域包括支援センターに相談にお越しいただく場合は、できるだけ事前にご連絡をいただけますようお願いいたします。

