

## 地域活動紹介

当センターの様々な活動をご紹介します



### パワーアップ教室に参加しませんか？

事業対象者、要支援1・2認定をお持ちの方を対象に、3ヶ月間の教室で運動機能向上・口腔機能向上・栄養改善等のプログラムを複合的に実施し、日常生活に支障のある生活行為の改善を目指す教室です。

必要方には教室主催者が月1回自宅訪問し自宅での注意事項や動作の助言も行います。

### 健康教室など出張できます

地域のサロンや老人会等へ、当センター職員が出張して、介護保険の説明や認知症について、他にも様々なお話が出来ます。ご興味がある方は当センターまでご連絡下さい。

(連絡先下記)

### こんなこともしています

#### ■地域ネットワーク会議

地域の関係者の皆さまと、高齢になっても住みやすい地域作りのためのサービスの紹介などを行いました。

#### ■健康づくりや体力作りのための講座 (一例)

ふじが丘校区ふれあいサロン：大分三愛メディカルセンター・瀬正志医師に、血圧全般に関する予防講話をしていただきました。  
田尻公民館：井野辺病院・佐藤暁さんに、介護予防教室で健康のことや自宅でも出来る体操など紹介していただきました。

#### ■認知症サポーター養成講座

認知症になっても、安心して住みなれた地域で生活ができる社会作りの一環です。認知症についての理解を深めるため、地区の老人会や各種団体のみなさまを対象に開催しています。ご興味のある方は当センターへご連絡ください。



## 熱中症にご注意を！

梅雨も明け、暑さの厳しい季節となりました。

皆様、熱中症対策はされていますか？

脱水などが原因となることで、めまいや顔の火照り、こむら返り、体のだるさや吐き気、発熱などの症状があります。突然意識を失い、最悪の場合死に至ることもある恐ろしい病気です。

### 予防法

こまめな水分補給



適宜温度管理



### 食事でも大事！

1日3食しっかり食べて、体力面も強化しましょう。



植田南地域包括支援センターとして初の広報誌を制作しました。創刊号となる今回は、職員紹介や地域関係者によるご挨拶を中心とした内容でしたが、いかがでしたでしょうか？こちらをご覧いただいたご意見を踏まえまして、今後も地域の方々から関心を持っていただけるよう、制作に取り組んで参ります。

また、ご協力いただいた医療機関・介護サービス事業所の皆様、自治会・民生委員の方々、お忙しい中大変ありがとうございました。厚く御礼申し上げます。

植田南地域包括支援センター

住所 〒870-1143 大分県大分市田尻659番地

電話 097-547-7886 FAX 097-588-8552

植田南地域包括支援センターは、大分市の東植田校区地域、田尻の七瀬川そばに事業所を構え、様々な介護サービスについてご相談をお受けしています。

# わさだみなみ 地域包括 だより 支援センター

No.1  
創刊号  
2017.8.1

この度、植田南地域包括支援センターを、地域の皆さまにより身近に感じていただきたいという想いから、広報誌作成に至りました。当センターが、東植田校区の地域の皆さまにとって、心の「よりどころ」になれるようスタッフ一同精進して参ります。



## 「地域包括支援センター」は、こんなところ

高齢者の「総合相談窓口」です。地域で暮らす皆さまが、いつまでも健やかに住み慣れた地域で過ごせるように、介護・福祉・保健・医療など様々な面からお手伝いいたします。お気軽にご相談ください。

### 具体的な相談例

高齢者福祉サービス（介護保険など）について知りたい。

介護保険や大分市の福祉サービスなどについて  
お答えいたします。

よくわからない訪問販売や電話がかかってきて困る。

実情についてうかがい、  
関連機関と協力しながら問題解決に努めます。

生活で困ることが増え、体力低下を感じる。以前より歩く距離が短くなった。

体操教室や自宅でも出来る運動を紹介いたします。

最近物忘れが増えてきており、これからが不安。

現在の状況について伺い、今後について一緒に考えます。



その他、なにか心配事があるときはお気軽にご相談ください。

植田南地域包括支援センター スタッフ紹介



センター長/主任介護支援専門員

**酒井 貴雅** (さかい たかまさ)  
趣味：魚釣り、子どもと散歩  
好きな言葉：努力は必ず報われる

当センターに勤めて1年半が経ちました。今後も地域の皆様方の支えとなれるセンターを目指して精進していきたいと思ひます。



保健師

**中嶋 玲子** (なかしま れいこ)  
趣味：テニス、寝ること  
好きな言葉：思い立ったが吉日

数年前から大相撲の観戦が増えました。いつか九州場所を見に行きたいと夢見ています。宜しくお願いします。



社会福祉士

**三浦 靖子** (みうら やすこ)  
趣味：音楽、料理、食べること  
好きな言葉：人生一度きり

最近、体重が増えたので運動とダイエットも兼ねて、1日5,000歩歩くように頑張っています。宜しくお願いします。



主任介護支援専門員

**田口 富代** (たぐち とみよ)  
趣味：詩吟、友人とランチ  
好きな言葉：七転び八起き

体力一番！若い職員に負けないように温泉で疲れをぶっとばしています！



社会福祉士

**万年 有仁** (まんねん ゆうじん)  
趣味：ランニング、登山  
好きな言葉：行動はメッセージ

1歳児、3歳児の2人の子どもの子育てに奮闘中です。

ご挨拶



田尻自治会長  
東植田校区会長

さんのみや ひろし  
**三宮 紘**

♪ 霊山 (りょうぜん) のもと 地は秀 (ひ) いで 田尻が原の学舎 (まなびや) に…♪ と、小学校校歌にあるように、田尻は当校区の中心に位置しています。

今、この田尻に「植田南地域包括支援センター」があるのを皆様はご存知でしょうか？そして、どんな活動をしているかをお聞きしていきましょうか？

笑顔の明るいセンター職員が、優しく丁寧に対応してくれますので、家庭の問題や個人の悩みがある方は是非一度訪ねてみて下さい。自治会も一緒に支援活動を行って参ります。



民生委員 児童委員  
協議会会長

さだむね えいこ  
**定宗 瑛子**

地域包括支援センターは、高齢者の「総合相談窓口」として日々高齢者の多様なニーズに対応したサービスの提供にあたっていただいています。したがって、私たち民生委員は常に植田南地域包括支援センターと連携しながら活動を進めています。

また月1回開催の定例会にも参加いただき、情報交換・意見交換も行っています。この植田南地域包括支援センターだよりは、センターの役割や地域の社会資源の紹介等、まさに地域住民の「安心だより」です。次回の第2号の発行も楽しみにしているところです。

近隣医療・介護施設紹介

01 医療法人 優心会  
ハートクリニック

“やさしいハートと  
確かな医療技術で地域社会に貢献します”

有床の在宅療養支援診療所です。在宅での生活を望まれる通院困難な方、高齢者、癌末期、認知症、難病、小児に至るまで、すべての方々を看取りまでサポートします。ケアマネージャー、訪問看護、病院など多職種との連携を図り、地域で安心して過ごせるように支援します。



		月	火	水	木	金	土
一般診察	午前	種子田	小野	種子田	種子田	種子田	種子田
	午後	小野	種子田	種子田	種子田	種子田	隔週(非常勤医) (種子田)
予約診察	午前		種子田		小野	小野	
	午後	種子田					小野
訪問診療	午前	小野		小野			小野
	午後		小野		小野	小野	



院長 小野 隆宏  
趣味：マラソン



副院長 種子田 治明  
趣味：小動物の飼育

〒870-1136 大分市光吉台17-280

TEL：097-568-5446 FAX：097-569-4855

内科・循環器科・消化器科・呼吸器科・形成外科・皮膚科・在宅診療

外来診療：月～土 9:00～12:00 14:00～17:30

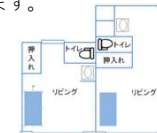
- ・総合内科専門医
- ・循環器学会専門医
- ・プライマリケア学会 認定医、指導医
- ・大分大学医学部臨床教授
- ・認知症サポート医
- ・日本形成外科学会 専門医

02 社会福祉法人 吉野誠優心会  
有料老人ホーム 田尻誠寿園

“これからも  
地域のために貢献していきます”

自然豊かな場所で、緑に囲まれ安心した時間をゆっくりと過ごすことができる空間です。長年、老人福祉に携わってきた社会福祉法人だからこその質の高いサービスを、非営利でご提供いたします。ご家族との外出やお泊りもご自由に。ご入居は「要支援1」の方から可能です。

お部屋はすべて個室。  
1人部屋はゆとりの20㎡、快適に過ごすことができます。



炭酸泉の天然温泉で、毎日ゆったり気分♪  
塩素を使用しない温泉かけ流しのプールでは、足のリハビリ(歩行浴)も可能です。デイサービスも完備しており、5台の筋トレマシーンなどを使って、専門的なりハビリも利用できます。

H29/6/1 昼食 500円  
施設のコックが全て手づくりでご提供のお食事は、添加物一切なしで安全と美味しさにこだわっています。

「大分市内に、こんな施設があったとは知らなかった！」とよくお声がけいただけます。

ぜひ、一度お気軽に見学にお越し下さい！



〒870-1144 大分市大字高瀬562番地の3 (田尻グリーンハイツ北区)

TEL：097-541-6060 FAX：097-541-0190 (受付担当：平嶋宏幸)

入居定員：54名(居室数49室) 鉄筋コンクリート造2階建

併設施設：田尻誠寿園デイサービスセンター デイサービスふれあい広場