

泉地域包括支援センター

リンデンバウム便り

発行：泉地域包括支援センター

リンデンバウム

〒010-0817

秋田市泉菅野二丁目 17 番 11 号

TEL 896-5960 FAX 864-3006

E-mail : izumi-houkatsu@pure.ocn.ne.jp



金野主任介護支援専門員
から

居宅介護支援事業所のご紹介④

今年度は当センター担当圏域内の居宅介護支援事業所をご紹介します。現在、5事業所がありケアマネジャーの皆さんが頑張っておられます。4回目は「有限会社ポプラ・ケアサービス」をご紹介します。

【事業所概要】

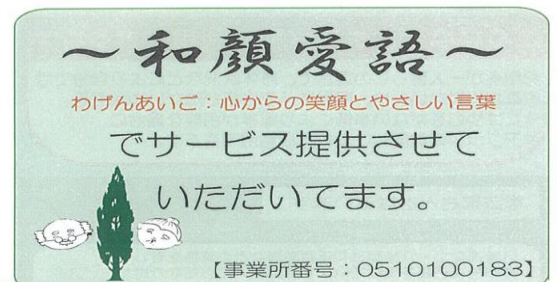
「有限会社ポプラ・ケアサービス」ではケアマネジャー 1 名で事業を行っています。右記の「和顔愛語」をモットーに、フットワーク軽く相談対応してくれます。

建物には緑が多く、アットホームな雰囲気でした(^^) /

住所：秋田市保戸野桜町 15-10

TEL：018-896-5092（24 時間対応可能）

冷たいお茶と温かいコーヒー、
両方をいただきました!(^^)! 美味しかったです！
緑色のアジサイも見せていただきました！とても珍しい貴重なものをありがとうございました



代表取締役 佐藤さん・加賀ケアマネジャーにお話をうかがいました。

- ・金野：業務で気をつけていることはありますか？
- ・加賀さん：利用者の置かれている環境が個々に違うので、利用者の希望に沿った支援を心掛けています。1 人の強みを活かしフットワークよく相談対応したいと思います。
- ・佐藤さん：今回の豪雨災害では普段からの準備が必要だと思いました。安否確認や避難場所への移動方法など課題を多く感じました。行政や消防との連携なども大切になることを痛感しています。
- ・金野：1 人でケアマネジャー業務を行う上で大変なこともあるのでは？
- ・加賀さん：業務上で悩んだときにすぐに相談できる人がいません。また、1 人で得られる情報量にも限界があり、支援内容を意見交換できる場も少ないです。自分の支援プランがどうだったか振り返るときがあります。利用者の生活に深入りし過ぎてしまっていないか心配になることもあります。
- ・金野：最後に一言！！
- ・加賀さん：メンタルケアが大切だと思います。事業所の庭で家庭菜園をしたり、花を見たり、好きなことをしながら頑張ります。
- ・佐藤さん：今回の水害を今後の取り組みに繋がたいと思います。遠方の方からの安否確認依頼への対応なども含め、BCP（業務継続計画）を整備したいと思います。



佐々木保健師から

「ポールを持って歩く会」開催しました



5月31日に当包括主催で初めてのポールウォーキング体験会・介護予防講座「ポールを持って歩く会」を開催しました。

「ポールウォーキング」、耳慣れない言葉かもしれませんが。皆さまはご存知ですか。

ポールウォーキングは専用ポールを持って歩く新しいウォーキングスタイルです。ポールを持って歩くことで、上半身の筋肉が動員され、歩幅が広がることで体の約

90%の筋肉を使う全身運動になります。通常歩行と比較して

20～30%増の運動効果が見込まれ、若返り効果が期待できます。

この度は保戸野・泉地区在住の13名が参加されました。

保戸野にあるカレー店 Frank Spice curry+で待ち合わせ千秋公園に歩いて移動。到着するとポールを使ったストレッチを開始、お隅櫓を目指してポールウォーキングをしました。最後は公園内の茶室「宣庵」で休憩。アンケートに「千秋公園は歩きなれているので楽しく歩けた」「普段長時間歩くことがないので

良かった」「これからのウォーキングの参考になった」「ポールの歩き方をまた教えてほしい」等の記載があり好評を得ました。

ポールウォーキングについて知りたい、やってみたい、仲間と歩いてみたいなど、ご要望がありましたら泉地域包括支援センター保健師の佐々木奈々子までお問い合わせください。お待ちしております。



泉社会福祉士から

実習生について

当センターは、看護師を目指す学生と社会福祉士を目指す学生による実習を受け入れております。看護師の実習は、1～3日程度の期間ですが、通年を通して多人数受け入れております。社会福祉士の実習は、約1カ月の期間で、年間2～3人を受け入れております。

皆さんのお宅を訪問する際や、各会議等に参加する際、実習生を同席させていただくことがありますが、どうかご協力いただければ幸いです。

なお、実習生もちろん、個人情報には秘匿いたします。相談時は実習生が必ず同席するわけではありませんので、抵抗がある方も遠慮なくお申し出下さい。

近い将来、医療・福祉業界で活躍する実習生を当センター職員共々どうぞよろしくお願いいたします。



〓 編集後記〓

皆様はこの度の豪雨で被害はなかったでしょうか？被災された方々には心からお見舞い申し上げます。

秋田県では半日で1か月分の雨量を上回る記録的な大雨だったと報道されています。恥ずかしながら、秋田は災害の少ない地域と思いき、気の緩みがあったと感じています。普段から災害リスクを想定し、「いざ」の時の迅速な対応へ課題が多くあることを痛感しました。今後は感じた課題に取り組みたいと思います。
(金野)