

地域包括支援センター

だより

高齢者の総合相談窓口 奥多摩町地域包括支援センター

- ・自宅に一人でいると動くのが面倒、地域の仲間と自主的な体操グループを立ち上げたい。
- ・今まで食事の支度や病院の受診はできていたけど、一人で行くのが心配になった。
- ・認知症のことが心配だけど、どこに相談していいかわからない。

こんな心配ごとがあったら、地域包括支援センターにお電話ください！

地域の仲間と
介護予防！



生活の支えに
介護サービスを！



相談相手が
増えて安心！



ご相談なら私たち
地域包括支援センターに
おまかせください！



奥多摩町地域包括支援センター

☎0428-83-8555

月～金曜日、8:30～17:15

～65歳以上の高齢者世帯等のみなさまへ～ 省エネ家電の買い替えに助成金が出ます！

町では、電気代の負担軽減、温室効果ガスの排出量削減につなげるため、令和5年12月1日現在65歳以上のみの世帯又は障害者手帳等をお持ちの方がいる世帯が「エアコン」、「冷蔵庫」を省エネタイプのもので買い替えた場合、その費用の一部を助成しています。



詳しくは、広報おきたま2月号をご覧ください。

助成件数に限りがありますので、お早めに申し込みください。

※問い合わせは、福祉保健課地域支援係 83-2777まで

長寿ふれあい食堂のご案内

令和5年度から実施している「長寿ふれあい食堂事業」について、引き続き参加していただく自治会、地域の団体を募集しています。実施していただいた場合は、1回につき1万円を限度に補助金が支払われます。

地域の皆さんで交流の場を増やしていきませんか？

令和5年11月に栃久保自治会で行われた「長寿ふれあい食堂」の様子

申込み・問い合わせは
地域包括支援センター
☎83-8555へ





ご存じですか？『救急医療情報キット』

奥多摩町では、高齢者の緊急時に備えて『救急医療情報キット』を申請により無料で配布しています。

使い方はかんたん！

所定の用紙に氏名、住所、病歴、かかりつけの医師、緊急連絡先などを記入して、専用のケースに入れてから冷蔵庫に保管します。

救急車を呼んだ時、救急隊に正確な情報提供ができるので、適切な医療活動に役立ちます！

いつも〇〇病院の△△先生にかかっている
みだいたから、まずは〇〇病院に連絡してみよう！



専用ケース

記入して冷蔵庫に保管

大きさは500mlペットボトル程度



キットの存在を知らせる
玄関用シールもついてきます。

キットの配布には、町への申請が必要です。

◆お問い合わせは
奥多摩町 福祉保健課 地域支援係へ
☎83-2777



「見守りシステム」あります！

詳しい説明や設置のご相談は、地域包括支援センターの高齢者見守り相談員：原島までお気軽にお問い合わせください。

住み慣れた奥多摩町で、子どもから高齢者までみんなで助け合っていきたいと暮らしていけるように

OKUTAMA♡いきいきnews

2024年3月発行



「家族介護者教室」が開催されました！

令和6年1月20日(土)文化会館で「家族介護者教室」が開催され、64名の方が参加されました。

初めに奥多摩消防署救急担当係長松村救急救命士から「高齢者の家庭内での事故を防ぎましょう」の演題で、普段の生活中での事故防止に役立つ情報や、町の救急搬送の状況などをわかりやすくお話いただきました。

町の舟山管理栄養士からは「冬に免疫力を高める食生活」として、体を温める料理のレシピなどにに基づき、体を温めて免疫力を高めることの大切さを紹介していただきました。

終了後、50名の方からアンケートの回答をいただき、「とても参考になった」「入浴時に脱衣所も暖房することが重要だとわかった」「免疫力を高める料理を作りたい」などほとんどの皆さんから好評をいただきました。回答をいただいた方の8割が60歳代から80歳代の方でした。

いただいたご意見の一部を紹介します。

勉強になった。実家の父が90歳で一人暮らしなので、今日の話伝えたい。

健康のためには体を温め免疫力を高める、ということに納得した。「冬に免疫力を高める食生活」ではレシピも載せていただいたので作ってみたい。

親の介護をしているので聞きに来たが、自分も気を付けなければならないことを学んだ。

とても勉強になったわ！



左のページに会場でご質問が多かった「救急医療情報キット」の申請についてお知らせします。