

東部南だより

〒085-0813 釧路市春採 4-10-15 42-8222 ◇釧路市東部南地域包括支援センター

2026年2月1日(日)発行 [第237号]



「令和7年度 地域ケア推進会議を開催しました！」

12/22(月)と1/16(金)今年度の“地域ケア推進会議”を、それぞれ地区を分けて開催しました。今年度は、日々の相談の中から集められた東部南地区の地域課題として、『認知症への理解と本人・家族を見守る仕組みづくり』をテーマに報告・情報共有と、意見交換を行いました。以下、当日、皆さんからお話いただいた内容を一部ですがご紹介します。

- ★通報訓練は、自分に置き換えると服装等言えないなと感じる。
- ★SOS ネットワークや認知症予防について、わかりやすく具体的な内容を地域の隅々に浸透するよう周知していくことが大切。
- ★自分の家族が認知症になった際、地域の人に「たのむね」と伝えていた。“お互い様”の気持ちが必要だと感じる。
- ★SOS ネットワーク模擬訓練は、地域の人、関係者だけではなく、地域の様々な事業所等、安全確保をしてくれるケースもあるため、お店屋さん(古い地域の商店)やタクシー業界等も誘ってみるのもいいのではないかな。
- ★若いファミリーへ、地域のイベント(演芸祭り、益浦祭り、茅野公園祭り等)で、認知症に関する寸劇を行い、参加者が「イベントに来たら見ちゃった！」という啓発ができないかな。
- ★学校等での初期教育が大切。認知症について、子どもに広めていくこと必要。
- ★SOS ネットワーク模擬訓練について、繰り返しの開催は喜んでもらえる。よい訓練だと思う。町内会離れ等により、参加者が少ないことや顔ぶれが同じになってしまうのが残念。
- ★単身高齢者の問題が社会課題になっている。
- ★見守りは、行政や社協だけがする時代ではない。また、町内会だけで行うという時代でもない。“我がごとまるごと”が大切。
- ★障害による差別を無くせば、見守りも進んでいくのではないかな。ヘルプマーク、車いすマーク等、当事者が発信できる仕組みづくりが必要。

😊ご参加いただいたみなさん、ありがとうございました！

釧路しんきん桜ヶ岡支店 “出張相談会”

東部南地域包括支援センターでは、2/13(金) 9:00~11:00

釧路しんきん桜ヶ岡支店にて、包括職員が健康や介護等の相談に応じる「出張相談会」を実施します。

相談会では、介護予防の取り組みなど健康のために通える場所の紹介や、「基本チェックリスト」の体験、介護の手続きについてのご相談や健康相談などを行います。「最近体の調子が気になって…」

「介護の手続きってどうするの?」「健康のために通える場所ってあるの?」「介護と仕事の両立について」などなど…お気軽にお立ち寄りください!



“おたっしゃサービス”を知っていますか？



釧路市住民等主体の通所サービス“おたっしゃサービス”は、いつまでもいきいきとすこやかな生活を送ることができるよう、地域住民やボランティア、NPO 法人や介護サービス事業所などが主体となり、定期的に通うことができる場です。

★参加対象は、要支援 1・2 の方、介護予防の取り組みが必要な方(※基準あり)です。

★活動内容は、①運動機能の向上(体を動かす活動：ラジオ体操、ストレッチ等)、②認知機能の向上(脳トレ：脳活性化ゲーム、クイズ、しりとり等)、③参加者同士の交流(茶話会等)となっており、毎週同じ曜日に 1 時間以上、各団体さんが特色ある内容を考え実施しています。

★参加費は、1 回 100 円(その他、実費負担がある会場あり)

★東部南地域には、“おたっしゃサロン共和”、“NPO 法人桜が丘ひびなクラブ”、“ほっとサロンわたすげ”の 3 つのおたっしゃサービスがあります。

😊 見学や体験も可能です。ご希望の方、お問い合わせは 担当：池田までお気軽に！

“喫茶ほうよう” 臨時オープンへ いらっしゃ〜い!

“喫茶ほうよう” わくわく豆まき



■令和 8 年 2 月 12 日(木)

■午前 11:00 ~ 午後 1:00 (時間内出入り自由)

■場所：望洋ふれあい交流センター “1 階集会所”

■参加費：100 円 ※飲み物(おかわり自由)代として

😊 今回は、特別オープンとなります！次回は春以降予定です…。

😊 大人気！“大きな木”さんのパン販売もやってくる♪



町内会・老人クラブの集まりや、サロン、サークル活動、“発見！東部南の〇〇名人”取材等、地域活動へおじゃまさせていただきます！講話(例：介護予防・詐欺防止・高齢者虐待防止・介護保険(申請やサービスなど)・認知症等)、介護予防の脳トレ・体操等「ちょっとこんな話を聞きたいのだけれど〜」というご相談もお気軽にお寄せください！ また、新たな集いの場の立ち上げの相談やサポートについても、お気軽に相談・ご連絡下さい！😊

〈担当〉生活支援コーディネーター：池田



釧路市東部南地域包括支援センター

2026年2月1日(日)第237号

東部南地区人口 19,171 人 (全市 152,875 人の 12.5%)・高齢化率 45.4% (全市 36.2%)・R6.3 現在

住所：〒085-0813 釧路市春採 4 丁目 10 番 15 号 釧路市望洋ふれあい交流センター内

電話：0154-42-8222

E-mail: toora@kushiro-city-shakyo.or.jp

FAX: 0154-41-2588

URL: <http://www.kushiro-city-shakyo.or.jp>

