

# 栗原市栗駒・鶯沢

## 地域包括支援センター 通信



広報誌 2024年2月1日発行

### 「介護者家族のつどい」のお知らせ

#### 「介護者家族のつどい」

日時：令和6年3月5日（火） 10:00～11:30

場所：栗駒総合支所

（栗原市栗駒岩ヶ崎円鏡寺後155番地）



☆参加者同士の交流会、介護に関する相談会等、予定しております☆

### 《災害に備えましょう！》

#### 【自宅内を安全な場所にしましょう】

災害時に家の中でケガをするリスクを減らし、身の安全を確保しやすくなります。

#### ○不要な物は捨てる

物が多ければ多いほど、災害時に落下や火災、通路を塞ぐなどの危険が増えます。

#### ○大きな家具は固定する

転倒防止のために、大きな家具はL字金具や、突っ張り棒などを使って固定します。  
家具の下敷きになったり、通路を塞いだりするリスクを減らします。

#### ○重い物は下に収納する

高い場所に物を置く時は、「落下して体に当たっても大丈夫な物か」を必ず考えましょう。

#### ○出入り口や通路に物を置かない

出入り口やその周辺、通路には物を置かないようにしましょう。

また、大きな家具・背の高い家具は倒れても通路を塞がない場所に設置しましょう。

#### ○非常用持ち出し品の準備

被災時に必要な荷物は、避難する時に持ち出す物（非常用持ち出し品）と、被災生活で使用する備蓄品と分けて考えます。避難時には、両手が使えるように、リュックまたはショルダーバッグにまとめましょう。



#### 【非常用持ち出し品の例】

ヘルメット、懐中電灯、雨具、  
眼鏡、お薬、おくすり手帳、

飲料水・食料品、

歯磨き・口腔ケア用品、

ティッシュ・ウェットティッシュ、

おむつ、下着類・衣類など、マスク、

家族などの連絡先を記載したもの



## 認知症サポーター養成講座を開催しました！

「デイサービスセンターくりこまの里」さんで、認知症サポーター養成講座を開催させていただきました。仕事が終わってからの時間でお疲れにも関わらず、熱心に話を聞いていただきました。「くりこまの里」さんには、「認知症対応型」のデイサービスもあり、職員の皆様の認知症について学ぶことへの意識はとても高いと感じました。講座終了後にも様々な質問をいただき、最後まで充実した時間となりました。貴重なお時間をいただき、本当にありがとうございました。



### 認知症サポーター養成講座とは？

・認知症に対する正しい知識と理解を持ち、地域で認知症の人やその家族に対してできる範囲で手助けする「認知症サポーター」を全国で養成し、認知症高齢者等にやさしい地域づくりに取り組んでいます。

・認知症サポーター養成講座は、地域住民、金融機関やスーパーマーケットの従業員、小、中、高等学校の生徒など様々な方に受講いただいています。

### 講座の内容の例

- |                    |        |
|--------------------|--------|
| ①認知症サポーターDVDの視聴    | (約20分) |
| ②認知症の理解についての講義     | (約30分) |
| ③認知症の方との接し方についての講義 | (約30分) |
| ④質疑応答              | (約10分) |

※時間や内容は、相談に応じて調整いたします。

受講者の皆さんには、認知症サポーターの証として、「オレンジリング」をお配りしております。



## 栗原市栗駒・鶯沢地域包括支援センター

- 【所在地】栗原市栗駒岩ヶ崎円鏡寺後155番地（栗原市役所栗駒総合支所内）  
【電話】45-2471（センター直通）、45-2240（左記につながらない時）  
【営業日時】月曜日～金曜日 8:30～17:15  
【休業日】土曜日、日曜日、祝祭日、年末年始（12/29～1/3）

