

高齢者を支える やさしい元気なまちづくり

●問合せ先 小郡市地域包括支援センター
72-7551ファクス72-7561

現在の日本は、少子高齢化が進み、私たちの住んでいる小郡市でも高齢者の一人暮らしや高齢者のみの世帯が増加しています。この高齢社会を安心して、生き生きと過ごしていくためには、社会保障制度だけではなく、地域全体で助け合い、高齢者を支えていく必要があります。

小郡市内には、高齢者などを支える活動がいろいろあります。その中で、私たち地域包括支援センターが関わっている活動を紹介します。

介護家族の「笑顔のつどい」

介護家族を支援する活動で、介護に疲れた家族が、同じ経験、悩みを話し合いながら、お互いに励ましあい、たくさんのストレスから少しでも解放されるようにアドバイスを受ける交流会です。

小郡レク健康隊

高齢者サロンの推進に取り組む活動で、閉じこもりにならないために健康体操やゲームなどを通し、高齢者の仲間づくり、生きがいづくり、健康づくりを目指し、身近なところで歩いて気軽に参加ができ、地域とのつながりを持つ場を作っています。



ケアマネ学びの会

介護保険の要ともいえるケアマネジャーの資質向上のための学習会です。高齢者の方々の地域生活をより良く支えることを目指して、定期的な学習会で知識を深めています。

小郡キャラバン隊

認知症サポーターを養成する活動で、認知症の病気の説明や対応方法について理解を深める活動をしています。認知症になっても地域で暮らせるよう地域に向けて発信しています。



認知症サポーターは認知症を支援する「目印」として、オレンジリングをつけています。このリングが連係の「印」になるようなまちを目指します。



高齢者権利擁護勉強会

介護、福祉、医療の専門職の勉強の場であり、権利侵害を受けやすい高齢者の権利を守ることができるよう学ぶ機会を作っています。



▲報告を行う勉強会のメンバー

このほかにも、小郡市には高齢者などを支える活動がたくさんあります。様々な団体・組織が集い、協力しあうことで新たなつながりを作りだしています。高齢者に住みよいまちづくりを目指すことは、安心して暮らすことができ、共に助けあう地域社会を築いていくことになります。

高齢者を支援するといってもその内容は多種多様です。地域包括支援センターは、高齢者の方が顔なじみの方がいる土地で、いつまでも自分らしく安心して暮らしていけるよう、主任ケアマネジャー、保健師、社会福祉士などが中心となって支援を行います。

人は誰もが年を重ね、老いていきます。地域で取り組めること、ちょっとした声かけや見守りについて、無理せず気負わずにできることをこの機会にぜひ考えてみてください。