

電話 : 0138-33-0555
 FAX : 0138-33-0666
 〓 : houkatsu_02@kon-jp.com



くわしくは
 ホームページで

【自立相談支援機関 発足3年目になりました】

令和4年4月にスタートした自立相談支援機関は、お陰様で発足して3年目を迎えました。令和5年度は65件の相談を受け、その内容は、就労支援・ひきこもり状態の方への支援・生活困窮に関する支援等です。

地域の方が気軽に立ち寄り頂けるフリースペース、集いの場ときとう・集いの場本町もごございます。

高齢部門共々、今後ともよろしくお願いたします。



今整形外科隣の集いの場本町

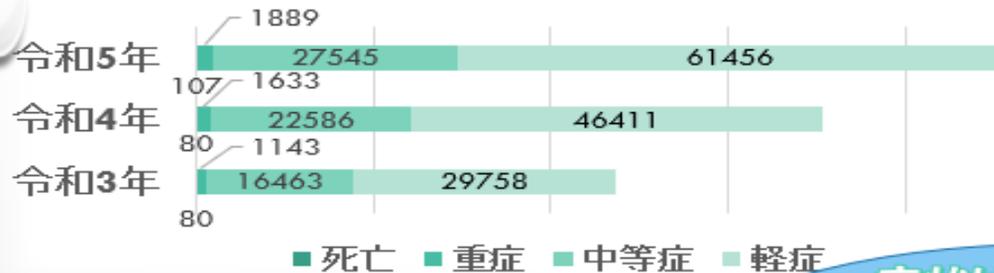


こんクリニック時任内の集いの場ときとう



脱水、予防しましょう!!

熱中症による救急搬送、初診時における傷病程度別(人):総務省発表



熱中症は
 ヒトゴトでは
 ありません



症状は人それぞれ・
 体調がいつもと違う?と思っ
 たら経口補水液を飲んで!
 症状続けば救急車!

内服している薬で脱水に?

- ◆ 高血圧や心不全の薬
- ◆ 便秘対策の薬 など

気にして! こんな症状

めまい

立ちくらみ

筋肉痛

大量の汗を
 かく

手足のしびれ

ご近所の見守り、 支え合いが地域を守ります！



～日頃より地域住民の皆さまからの気付きによって、
早期の発見・早期の支援につながったケースが複数あり感謝しております～

見守り（積極的な声掛けと気配りが大切！）

例えば…

新聞がたまっている。テレビがずっとつきっぱなしで心配。

→状況確認し、救急搬送につなげました。

異変がみられる場合は、**地域包括支援センター**ときとう等へご相談ください。

～ご近所の異変を察知するポイント～

- 最近見かけない
- 新聞・郵便物がたまっている
- 夜になっても電灯がつかない
- 普段見かけない人が出入りするようになった
- 不自然なケガが増えている
- 怒鳴り声が聞こえる
- 会話につじつまが合わないことがある
- 季節に合わない服を着ていたり服が汚れていた

支え合い（地域活動の参加が絆を作ります）

ゴミ拾いなどの町内活動への参加や、集まりの場に参加し体を動かして人と交流の機会を持つことは、健康寿命を延ばすことにも繋がります！
運動の機会や交流の機会を持ちたいとお考えの方は、
地域包括支援センターときとうまでお気軽にご相談ください！！



サロン活動

町会活動

あったかマルシェ

などなど…

地域で気になる高齢者いませんか？

以下のサインがある場合は、**高齢者虐待**の可能性あります。

- 身体に傷やあざが頻繁にみられる。
- 高齢者に対して乱暴な口のきき方をする。
- 衣服がいつも汚れている。
- 高齢者の家から悲鳴や怒鳴り声が聞こえる。
- 「怖いから家にいたくない」等の訴えがある。
- 家や部屋が不衛生になっている。



おかしいな、
と思ったら

地域包括支援センターときとう(☎33-0555)
に、ご連絡ください！

そのほか、**消費者被害**の相談や、
認知症等で判断能力が低下し、金
銭管理等の支援が必要な方のため
の**成年後見制度**についても
相談受付しております。

出前講座、伺います。
お気軽にご相談ください

～暮らしやすいまちづくりの為に～

地域ケア会議を 開催しています！

～函館市では「①地域の皆様との会議」と
「②個別課題の解決のための会議」を
推進しています～



地域ケア会議の機能

- ・ 個別の課題解決
- ・ 支援者でネットワークを構築
- ・ 地域の課題を発見

ときとうスタッフ紹介!

ご相談は、お気軽に!



センター長
社会福祉士
長谷山 哲平



管理者
主任ケアマネジャー
東 清美



主任相談支援員
社会福祉士
中村 彰寿



主任補佐相談支援員
社会福祉士
竹田 史



副センター長
保健師
安田 由美



主任ケアマネジャー
佐々木 公子



相談支援員
社会福祉士
鈴木 康平



主任ケアマネジャー
山田 ゆかり



社会福祉士
加藤 芽衣



社会福祉士
白崎 貴義



社会福祉士
丸谷 梨乃



事務員
井上 香織

大川町	田家町	白鳥町
八幡町	宮前町	時任町
杉並町	本町	梁川町
五稜郭町	柳町	松陰町
人見町	乃木町	柏木町

包括ときとうが
担当する地域です
どうぞよろしく
お願いします

サロン紹介

元気deサロンin松陰では

- ◆ ストレッチ体操
- ◆ 調理実習
- ◆ 脳トレやゲーム
- ◆ ボールを使った運動
- ◆ ウォーキング

など楽しく行っています。参加者は10名ほど。

月2回集まって楽しく元気に1時間半ほど過ごします。

「またね～」が合言葉です。

