

いつまでも住み慣れたこの街で



包括長森南だより



お知らせ

まめくらタウン



今年度のまめくらタウンは、寸劇「ご主人の入院で大パニック!」、漢字クイズ、歌レク、早口言葉などの内容で行っています。以下の〈新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします〉をご一読の上、どうぞお越してください。

◀ 日程 ▶

・10月13日(水) 10:00~11:30 芋島公民館(1階)

◀ 対象 ▶ 長森南の高齢者やそのご家族

◀ 費用 ▶ 無料

〈新型コロナウイルス感染症対策にご協力をお願いします〉

- ・混雑による密集を避けるため、一定人数以上の入場をお断りすることがありますのであらかじめご了承ください。
- ・受付時に検温と体調確認を実施します。37.5℃以上の発熱や体調不良のある方は参加をご遠慮ください。
- ・万一、参加者に新型コロナウイルス感染者や感染が疑われる方がいた場合に連絡を取るため、受付時に氏名と電話番号のご記入をお願いします。
- ・参加時はマスクの着用、手指消毒、咳エチケットなどにご協力をお願いします。
- ・換気をしますので温度調節のできる服装での参加をお願いします。
- ・「まん延防止等重点措置」や「緊急事態宣言」、「岐阜市緊急事態宣言」のいずれかが発令中の場合は開催を中止します。
- ・お問い合わせは裏面の地域包括支援センター長森南までお電話をお願いします。

お知らせ

岐阜市マイエンディングノート配布中

「エンディングノート」には、予期せぬ出来事や突然の病気で、自分の希望を伝えることができなくなった場合に備えて、医療、介護、葬儀、資産管理などに関する希望や、自分自身の思いを記して家族や大切な人に伝えるとともに、今までの生き方を振り返り、やりたいことに気づき「これからの生き方」を考えるとという大切な役割があります。ご家族や大切な人とのコミュニケーションツールとして、ぜひご活用ください。

◆配布場所 岐阜市役所高齢福祉課、岐阜市地域包括支援センター、各事務所及び岐阜市ステーションプラザ

◆費用 無料 (なくなり次第配布を終了します)



高齢者虐待を発生させないために

「身体的虐待」、「心理的虐待」、「性的虐待」、「経済的虐待」、「介護・世話の放棄・放任」など的高齢者虐待が起きる背景には、「介護疲れやストレス」、「孤独な介護」、「折り合いの悪さ」、「経済的に困っていること」などがあります。



介護をしている方へ

周囲に相談

家族や親戚を頼り、抱え込まないようにしましょう。近所にも一声かけて介護していることを知ってもらうことも気楽にするポイントです。

情報交換

高齢者を介護する同じ境遇の方々とは情報交換を行いましょう。苦勞や喜びを分かち合うだけで元気づくれます。



介護サービスを活用

ゆとりを持って介護を続けるために、いろいろな介護サービスを活用しましょう。



自分の時間を持つ

たまには介護を忘れ、自分の楽しみなことをして過ごしましょう。



介護を受けている方へ

感謝の気持ちを「ありがとう」の言葉で伝えましょう。言わなくてもわかる、は禁物です。



高齢者虐待に関するご相談は包括長森南まで

センターに来られる方へ

職員全員が出かけていることもございますので、予めお電話でご連絡頂けると、お待たせすることなくご相談いただけます。新型コロナウイルス感染症対策のため、来所時は、マスクの着用をお願いします。また、来所されるすべての方へアルコール手指消毒、体温測定、氏名、連絡先、体調のご記入をお願いしております。ご協力をお願いします。

長森南の高齢者に関する総合相談所（岐阜市委託事業）

岐阜市地域包括支援センター長森南

058-247-8160

FAX: 058-214-3203

ホームページ

包括長森南

〒500-8233 岐阜市蔵前4-19-5（IBJAぎふ南長森支店）

【来所・訪問による相談の受付】月曜日から土曜日の午前9時から午後5時まで（祝日・年末年始を除く）

○相談は無料です。○相談の秘密は厳守します。○電話による相談は24時間受け付けています。