



# 北部包括だより

磐田市北部地域包括支援センター

平成30年  
12月号

## 男性介護者のための「ケアメン講座」を開催しました

平成27年度から磐田市では、市内の地域包括支援センターが「ケアメン講座」を開催しています。

「ケアメン」とは、ケア(介護)するメンズ(男性)の略で平成24年頃に使われ始めた造語です。ケアメンという言葉が生まれた背景には家族を介護する男性が増えてきたという社会変化が挙げられます。

平成27年度から始まった「ケアメン講座」も今年で計8回を数えています。参加者も全て男性で、ほぼ毎回出席される方から、初めて参加される方まで様々です。また、年々参加して下さる方も増えています。

6月の「ケアメン講座」では、お薬にまつわるポイントを薬剤師よりお聞きし、11月のケアメン講座では、「掃除・洗濯などの家事講座、介護の悩みを話し合おう」と毎日の生活で欠かすことの出来ない家事について現役の男性ヘルパーよりお話を聞きました。

それぞれ講座の後半はグループに分かれ同じ介護者同士が語り合う場を設け、なかなか他では話せない悩みなどについて時間が足りないぐらいの意見交換会となりました。同じ立場の人と話すことにより、随分と気持ちも楽になるようで、「他にも同じような人がいるんだ」「また頑張ろう」と思っている方もみえるようです。

今後もこのような講座を継続的に開催していき、まだまだ増えていくであろう男性介護者が一人で悩みを抱え込まないように、悩みを共有し支え合える仲間づくりや居場所づくりができるようにしていきたいと思います。



平成30年6月の「ケアメン講座」の様様。薬が簡単に飲めるゼリーも見せていただきました。

## 介護・福祉のなんでも相談会

今年度、「まちの保健室」の開催に合わせ、北部地域包括職員による出張相談会を開催しました。主には、向陽地区の向笠・大藤・岩田交流センターで行われた「向陽まちの保健室」に併せて、交流センターに来たついでに寄ってもらおうと始めた事でしたが、半年も過ぎると相談を目的として交流センターへお越し下さる方もあり、出張相談会を行なってきた成果が現れつつあります。



11月の元宮町公会堂での  
オレンジカフェの様子

11月には見付地区の元宮町公会堂で、オレンジカフェと「まちの保健室」がコラボレーションし、「健康と福祉に関する相談会」を開催しました。オレンジカフェに参加される方や、「まちの保健室」に参加したついでに寄られる方など、大勢の方で賑わい楽しい時間を過ごすことが出来ました。

オレンジカフェは、認知症になっても住み慣れた地域で自分らしく生活できるように、気軽に集い語り合う場所を目指しています。今回、「まちの保健室」が“骨密度測定”と“こどもの身体計測”でしたので、会場となった元宮町公会堂は赤ちゃんからお年寄りまで幅広い世代の方で賑わい、オレンジカフェとしても大きな収穫となりました。

尚、向陽地区では、今後引き続いて3月までの開催予定もあります。是非ご利用下さい。

	向笠交流センター	大藤交流センター	岩田交流センター
開催日	12月19日(水)	1月30日(水)	2月6日(水)
	3月5日(火)	2月27日(水)	

開催時間はいずれも9時30分～11時となります。午前7時の時点で暴風警報発令の場合は中止になります。

介護保険の申請は？

サービス利用は？

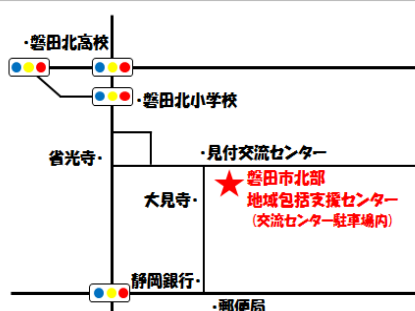
地域包括支援センターに  
ご相談ください

もしかして虐待？

成年後見制度とは？

## ケアマネジャーについてのお問い合わせは...

介護保険を申請し、サービスを利用していく上で相談役となるケアマネジャーが必要となります。ケアマネジャーがいる居宅介護支援事業所は市内に40事業所以上、北部地域包括エリアでも11カ所の事業所があります。どこの事業所にしたらいいのか、そもそもどんな事業所があるのかなど、ケアマネジャーについてのお困り事がありましたら、北部地域包括支援センターまでご連絡下さい。ケアマネジャーをご紹介することが出来ます。



地域包括支援センターは  
高齢者の相談窓口です

住所 磐田市見付 2510-4  
TEL 0538-36-4865  
FAX 0538-36-4603

担当地区

城山中学校校区  
向陽中学校校区

営業日・時間

月～金曜日(祝除)  
8:30～17:15

