

# 桑絹地区の みなさんへ

「高齢者サポートセンター」では、高齢者のみなさまが住み慣れた地域で安心して生活を続けられるために、専門家である職員が適切なサービスの提供・支援を行っています。

介護保険に関することや高齢者の生活全般に関する内容まで、私たちにお気軽にご相談ください。  
お電話いただければ、センターの職員がご自宅まで訪問して、ご相談に応じます。

- ①介護予防ケアマネジメント
- ②総合相談支援
- ③権利擁護
- ④包括的・継続的  
ケアマネジメント支援

これらの業務を  
「(主任) ケアマネジャー」  
「看護師」「社会福祉士」が  
一丸となって取り組んでいます



名称	高齢者サポートセンター 桑 絹			
住所	〒323-0012 小山市大字羽川858-1 「小山市桑市民交流センター」内			
連絡先	TEL	0285-30-0921	FAX	0285-30-0922
担当地区	(桑) 喜沢・三拝川岸・東島田・飯塚・南半田・羽川・荒井・出井・ 鉢形・北飯田・東山田・萱橋・向野・扶桑 (絹) 田川・延島新田・延島・高椅・福良・中島・梁・中河原			

お近くに在宅介護支援センターがあれば、そちらにご連絡していただいても大丈夫です。

おもいがわ (30-5357)

きぬの里 (49-3637)

こうれいしゃ

# 高齢者サポートセンター

(高齢者サポートセンターは、小山市地域包括支援センターの愛称です)

「高齢者サポートセンター」は、小山市が委託した公的な機関で、市内6か所に設置されています。

高齢者のみなさまが、住み慣れた地域でいつまでも安心して生活できるよう、介護保険に関する相談だけでなく、日頃の健康管理や介護予防の取組み、高齢者の権利擁護や生活全般にわたる幅広い相談に応じています。



主任ケアマネジャー



社会福祉士



保健師(看護師)

～各分野の専門職が連携し、  
チームとして高齢者の皆さんを支えます～

## 主な業務

### 高齢者の総合相談窓口として 様々な相談に対応

- ・介護保険について知りたい
- ・近所の一人暮らしの高齢者の方が心配
- ・家族の介護に疲れてしまった

### いつまでも元気であるための 介護予防の方法を紹介

お一人おひとりのもつ能力を最大限に活かし、地域で自立した日常生活が送れるよう支援

### 介護予防教室の開催

感染対策を講じながら地域の状況に合わせた介護予防教室を開催しています。  
例) フレイル予防、認知症予防について等



### ご自宅訪問

高齢者の方のご自宅に伺い、生活環境や健康状態等についてお聞きし、必要な情報提供や支援につなぎます。

ご自宅に訪問してご相談に応じることもできます。秘密は守りますので、ご心配なことがあれば各高齢者サポートセンター(裏面参照)までお気軽にご相談ください!



### 高齢者の権利を守ること

- ・お金の管理や契約などに不安がある方へ制度の活用を支援
- ・虐待(不適切な介護、怒鳴られる等)の早期発見・被害防止の取組み

### 暮らしやすい地域をつくるために

- ・高齢者の方を支援するケアマネジャーのサポート
- ・地域の方をつなぐ「地域ケア会議」の開催

勉強会の開催や話し合いの場を設けながら高齢者の皆さんが安心して暮らせる見守りや支え合いのある地域づくりについてともに考えるお手伝いをさせていただきます。



生活支援コーディネーター

【担当課】小山市高齢生きがい課地域支援係  
TEL:0285-22-9616

# 介護予防教室のご案内

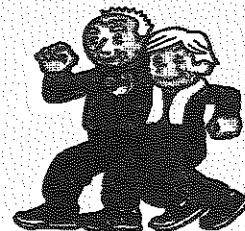
～いつまでもお元気で暮らすために～

”高齢者サポートセンター桑絹”では、地域の老人会やサロンなどにお伺いして、元気に安心して生活するための介護予防教室等を実施いたします。

下記のテーマを参考に、お気軽にご相談・お申込みください。

	テーマ
1	認知症が心配 ～認知症を予防するには？
2	いつまでも元気でいたい【フレイル予防】 ～どんな生活を送ればいいのか？
3	食事が気になる ～どんな食べ物を摂れば元気でいられるのかな？
4	足腰が弱ってきた ～どんな運動をすればいいのか？
5	感染症(コロナ等)や熱中症などの予防は？

などなど、健康に関するお話を30分程度させていただきます。  
お友達など、少人数のグループでも大丈夫です。  
料金は無料です。



～お申込み・お問い合わせ～

高齢者サポートセンター桑絹

(小山市地域包括支援センター桑絹)

連絡先:0285-30-0921 担当:三和山・柿沼

# 留守番電話で 詐欺を撃退!

この電話機は、迷惑電話防止のため  
留守番電話にしています。  
恐れ入りますが、お名前と御用件をどうぞ。



誰かな?



詐欺の被害にあわないために、  
相手が名乗ってから電話に出ましょう。

# 高齢者虐待を防ぎましょう

地域ぐるみで高齢者や介護する家族を支援していきましょう

## あなたの見守り・声かけで守られる高齢者がいます！

「高齢者虐待防止法」に基づき、虐待を発見した場合は、通報の義務があります。通報・相談内容の秘密は守られますので、「何か心配！気になる！」ということがあります。疑いの段階でご連絡・ご相談ください。

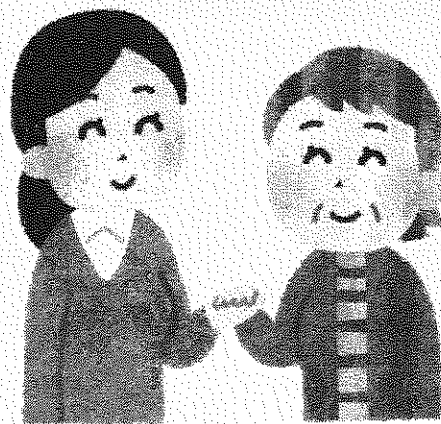
### 例えば…

- 1人でフラフラ歩いているのをよくみかける
- 急に痩せたように見える
- 家に帰りたくないと言う
- 怒鳴り声が聞こえてくる
- 季節に合わない服装や汚れてボロボロの服を着ている
- 徘徊するから、部屋から出さないようにしていると聞いた
- 叩かれたり、無視されたりしていると聞いた
- 子どもがお金を管理していて自由に使えないと聞いた

などなど…

虐待は身体的な暴力だけではありません。身近な家族が気づかないうちに高齢者の権利を侵害して深い傷を負わせている場合があります。また、介護者が心身ともに疲労し追いつめられている場合もあります。

近所で気になる様子がありましたら、どうぞご連絡ください。



**\*相談窓口などは裏面へ**

## 相談窓口一覧

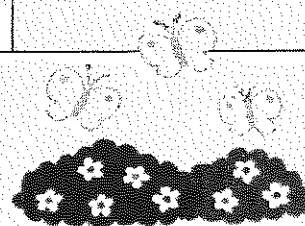
《受付時間》平日 8:30~17:15 (土日祝祭日休)

窓口名	担当地区	電話番号
<b>高齢者サポートセンター小山総合</b> 小山市中央町 2-2-21 (旧保健・福祉センター内1階)	大字小山・若木町・花垣町・本郷町・城山町・中央町・宮本町・八幡町・天神町・神明町・駅東通り・稲葉郷・城北	22-3061
<b>高齢者サポートセンター小山</b> 小山市神鳥谷地 2251-7 (健康医療介護総合支援センター内)	神鳥谷・東城南・西城南・外城・駅南町・三峯・神山・粟宮 1 丁目 2 丁目・大字粟宮の一部(外城・宮内町自治会区域)	31-0211
<b>高齢者サポートセンター大谷</b> 小山市犬塚 2-8-12 (犬塚駐在所跡)	城東・土塔・犬塚・中久喜・塚崎・横倉新田・横倉・向原新田・雨ヶ谷新田・雨ヶ谷・田間・武井・東野田・南和泉	30-2421
<b>高齢者サポートセンター間々田</b> 小山市間々田 1960-1 (小山市間々田市民交流センター内)	間々田・千駄塚・大字粟宮の一部・西黒田・東黒田・南飯田・平和・乙女・暁・東間々田・美しが丘・南乙女・網戸・檜木・生良・上生井・下生井・白鳥・鏡・押切・中里・寒川・迫間田	41-2071
<b>高齢者サポートセンター美田</b> 小山市松沼 467 (豊田公民館内)	大本・小宅・黒本・島田・渋井・荒川・立木・卒島・今里・上初田・松沼・小藪・南小林・上泉・下泉・井岡・小袋・下河原田・生駒・大川島・下初田・下国府塚・上国府塚・上石塚・下石塚・大行寺・萩島・石ノ上・塩沢・間中	32-1881
<b>高齢者サポートセンター桑絹</b> 小山市羽川 858-1 (小山市桑市民交流センター1階)	喜沢・三拝川岸・東島田・飯塚・南半田・羽川・荒井・出井・鉢形・北飯田・東山田・萱橋・向野・扶桑・田川・延島新田・延島・高椅・福良・中島・梁・中河原	30-0921
<b>高齢生きがい課</b> 小山市中央町 1-1-1 (市役所本庁 3 階)		22-9853

●介護に関するご相談は最寄りの居宅介護支援事業所でも応じます。

## その他の相談

相談内容	窓口名	受付	電話番号
消費生活相談	消費生活センター	平日 9:00~15:00 (水土日祝祭日休)	22-3711
高齢者等の権利擁護	あすてらすおやま (社会福祉協議会)	平日 8:30~17:15 (土日祝祭日休)	22-5353
心配ごとの相談	社会福祉協議会	一般相談 要問合せ 弁護士相談 要予約	22-9501
認知症の医療・介護相談	高齢生きがい課	平日 8:30~17:15 (土日祝祭日休)	22-9853
精神保健福祉の相談	県南健康福祉センター	平日 8:30~17:15 (土日祝祭日休)	22-6192



# SC 通信 VOL.2

(小山市生活支援コーディネーター広報誌)

各地域の生活支援コーディネーターの活動状況をお知らせいたします。

## 4年ぶりの地域支え合いフォーラム開催!!

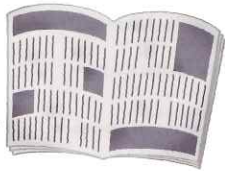
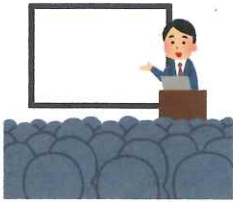
令和5年6月26日小山市立文化センターで地域支え合いフォーラムを開催しました。

講師は全国で活躍される酒井保先生をお招きし、酒井先生によるわかりやすく楽しい基調講演と、地域で活動されている「旭町東自治会」「美しが丘老人クラブ」「城東常設型サロン」の3団体より活動についてご報告いただきました。基調講演では、後期高齢者が2200万人を超える予想される2025年問題にむけて人や社会との「つながり」をもち、フレイル予防が健康のために大切であるといったお話がありました。事例報告では、それぞれで行われている活動とそのなかでの課題や工夫されているところなどを発表されました。

当日は300名近い方がご参加され、「支え合う地域づくり」について考えていただきました。

講演のなかでは生活支援コーディネーター（SC）の紹介もあり、壇上でご挨拶しています。

当日の様子は7月3日の下野新聞に記事が掲載されました。



## 小山総合

## ★★ 若木カフェ ★★

小山地区(主に北部)担当  
(第2層SC)



ミズノ 絵面

ワキ 鏡木(暁)

高齢者サポートセンター小山総合で紹介するのは『若木カフェ』です。

ここは(第3木曜日に)『お昼ご飯を食べておしゃべりする』という場所です。メニューを考えるのも食事を作り提供するのも、自治会総務委員の町田さんをはじめとするお母さんたちがすべて引き受けています。

始まりは(2年前)町田さんが自治会長の八田さんに相談したことでした。「コロナ禍で外出しなくなった高齢者に、気楽な会話の場を作れないかしら」自分でも常日頃から『会話の機会が減っている』と感じていた自治会長は二つ返事で賛成しましたが、飲食物を提供することから事前に保健所の指導を受けてから実施することにしました。

夏休みには子供や若いお母さんも一緒になって楽しんでます。大勢でおしゃべりしながらの“食後のコーヒー”はおいしいですよ!町田さんは言います。『誰もが歩いて行ける“出場所(でばしょ)”を作りたいのよね!』



お問い合わせ: 高齢者サポートセンター小山総合 0285-22-3061

## 利用者の声

家も隣同士、若木カフェの席も隣同士。ずっと話してられる。

初回から来ている。毎回、楽しいおしゃべりができる。



回覧で若木カフェのチラシを見て参加したいと思ったが、一人では不安で腰が引けていた。近所の人に誘われて参加して本当に良かった。とっても楽しい時間で、それからは常連!



ボランティアの中で一番年長だけど、買い出しにも行くし...若木カフェのお手頃は運動にもなるし、みんな喜んでくれてやりがいを感じている。

夏休み等に親子でゆっくり食事する時間をもってもらえたら嬉しい。

## ボランティアの声

得意な人が得意なことをやっているから、大変とは感じてないよ!





大谷地区担当(第2層SC) 高橋 尊

「誰でも来られる集いの場を作りたい!」という地域の方の声から始まりました。自治会長さんを中心にどのように進めていけばよいかを相談し、「地域ケア会議」を開催。「若い世代・子どもたちとも交流できる場となるといいよねっ」と話が発展し、多世代交流を目指して育成会や壮青年部会の役員さんも加わり、討論を重ね10月から定期的で開催することになりました!話し合いでは、自分の住んでいる地域を良くしていきたいという強い思いがひしひしと伝わってきます。前向きな素晴らしい地域だと思います。今後も自分たちの地域を自分たちで考えていく、『協議体』として話し合いを続けていきます!

話し合いの様子



お問合せ:高齢者サポートセンター大谷 0285-30-2421

地域に配布するチラシも皆さんで考えました♪

横倉新田自治会の皆様へ

令和5年9月18日  
横倉新田自治会  
副会長 佐藤 隆夫

「横新 つどいの場」開設のお知らせ

みなさんで集ってワイワイがやがや楽しい時間を過ごしてませんか!  
横倉新田公民館に、誰でも自由に参加し楽しめる場所を開設することにしました。子供さんからご長寿の皆さんまで大歓迎です。

コロナ禍が続いていた間は、外出も控えていた人が多かったと思いますが、少し感染も落ち着きましたので、何かもしてあげる場がほしいか、ということでも、「集いの場」を作り、来てほしい人に一緒に何かやってみたいと思います。

「つどいの場」に行くとか何かいいことありそう!

「集いの場はグッドでいっぱい!」

「行きたいけどどうかな?」  
「行きたいけどどうかな?」  
「行きたいけどどうかな?」

どんなことをやるの?  
・赤茶を飲みながらおしゃべり!  
・軽い運動や体操  
・雑談や室内ゲーム  
・クイズや豆知識などの体験  
・カラオケや合唱など声を出すこと  
・折り紙や手芸など指を動かすこと  
・高齢者(大人)と子供たちの交流  
・その他 皆さんから要望されたこと

どこでやるの?  
横倉新田公民館

いつやるの?  
・毎週金曜日 9:30~12:00 平日開催(祝日の場合は休館)  
初開館日  
令和5年10月13日(金曜日)

・第3週土曜日 9:30~12:00 月1回土曜日開催  
初開館日  
令和5年10月21日(土曜日)

※ 平日は公民館、公民館で集うのが難しい人は1階と2階の両方で、土曜日に集うのもうまいがら館舎を借りて参加も可能として運営します。

誰が参加できるの?  
どなたでも参加OKです。子供さんからご長寿の皆さんまで

参加の費用は?  
参加費はいただきません。飲物は持参されるようお願いいたします。

「集いの場」開設及び運営者  
・横倉新田自治会 横倉新田自治会長  
・佐藤 隆夫 横倉新田自治会副会長  
・横倉新田育成会 横倉新田育成会長  
・横倉新田青年部 横倉新田青年部長  
・横倉新田青年部 横倉新田青年部長  
・横倉新田青年部 横倉新田青年部長  
・横倉新田青年部 横倉新田青年部長

その他 自分の健康に関心を持ち、参加した人との情報交換が出来ます。

中地区助け合い事業「だけボラ」

利用したい方・ボランティアに関心のある方、お問い合わせ下さい!

「共に支えあふ、まちづくりをめざす」 発行 第11号 令和5年9月1日

中地区たすけあい事業  
**だけボラ**  
にご相談ください!

買い物に行けない!  
病院に行けない!  
ゴミが出せない!  
電球交換ができない!

「だけボラってなに?」  
・中地区の地域住民同士によるたすけあい活動《ボランティア活動》です。  
・できることは、支援内容にある活動だけです。専門性が必要なことは行いません。  
・困ったときに気がなく頼めるように、利用者からは実費をいただきます。  
・事前の登録や申請が必要です。

利用までの流れ  
まずは、お電話で相談  
高齢者サポートセンター美田 0285-32-1881  
自宅へ訪問  
コーディネーターが  
登録  
活動調整  
利用  
チャケット受け渡し

活動希望内容や利用料金を確認します  
希望をもとにコーディネーターが日程・内容を調整します

中地区社会福祉協議会では、地域にある小さな困りごとの“これだけ”を地域の方で解決する「だけボラ」というボランティア制度をつくりました。中地区に残る「おすそわけ」などの助け合いの文化を将来につなげ、みんなが安心して暮らせる中地区を目指しています。助け合いの内容は①車で送迎(通院・買い物)②ゴミ出し③電球交換です。23名のボランティアさんが登録しています。まずは、お気軽にお問い合わせ下さい!!

お問合せ:高齢者サポートセンター美田 0285-32-1881



通院支援の様子です

豊田・中・穂積地区担当(第2層SC) 直井 幹木(優)

お気軽にご相談下さい!!

