

看(カン)護小規模多機(タキ)能型居宅介護



カンタキあおぞら開設一周年!!

あおぞら 壁新聞

ほくと自立支援ホームだより

第13号

2019年(令和元年)
5月15日発行
ほくと自立支援ホーム
帯広市西18条南4丁目15-10
☎0155-36-7723



カンタキ健康かふえに参加している様子



送迎の様子
車椅子でも大丈夫



焼き肉パーティー



おひとり様お茶会の様子

■カンタキは 4種類のサービス

一年間で「通い」は2,496人、「泊まり」は694人、「訪問看護」は1,068人、「訪問介護」は1,068人。ご利用して頂きました。カンタキは在宅生活を支える地域密着型の介護保険サービスです。要介護1〜5の方で帯広市在住の方が利用できますよ。

■カンタキ健康かふえ

そして毎月2回実施している「カンタキ健康かふえ」は昨年6月から始めて20回行いました。毎回10名ほどの近所の皆さまと、利用者の皆さまと共に活動と学習を行って頂きました。医療看護やリハビリ読み語り、笑いヨガと多方面に亘った内容です。どなたでも参加できますよ。

■地域の皆さまに 支えられて

町内会の会長さまはじめ、この地域担当の地域包括支援センター愛仁園の多くの皆さまの方々に運営推進委員の役割を担って頂いています。2ヶ月に一度「カンタキ

キあおぞら」の活動へのご助言をいただきました。今年度から新メンバーに入れ替わります。次回ご紹介いたしますね。

■サロンあおぞら にて

地域の皆さままで運営している活動が二つあります。「元気はつらつ体操」は、毎週90分体操を大島和恵さんが指導してくださいます。昨年10月から23回行い、428名の方が参加されました。もう一つ「おひとり様お茶会」は、毎月一回自由におしゃべりする会です。地域包括支援センター愛仁園とボランティアで運営しています。こちらも10月から6回実施して73名の参加でした。

■ささやかに みんなで焼き肉

利用者さまとご家族の皆さまに参加して頂き、シユウシユウと焼き肉パーティー。歳を取っても焼き肉を噛み切れる丈夫な歯をみなさんお持ちです。焼き肉はこうして大勢で食べるより美味しいと感じると思いませんか。

「地域密着教室」のおすすめ

皆さまの地域に出向き、カンタキ・訪問看護・サロン他、介護福祉についてお話いたします。

一切
無料
です

日時

土日祝、昼も夜も大丈夫
所要時間1時間程度

場所

どこでもOk
コセン・ご自宅など指定の場所に伺います

申し込み

町内会、老人クラブ、サークル、ボランティア団体等
3人以上のグループでお申し込みください

スタッフ紹介 11

あおぞらクリニック
事務局長 金子哲也



あおぞらのごことなら何でもござれ。カンタキができる前からこの大黒柱として支えに支えられてきました。カンタキを立ち上げる時もプロジェクトの主要メンバー。いくつかの医療機関の事務長を経て経験も豊富で、近所の町内会の皆さまとのパイプ役を担っています。カンタキの送迎も施設管理も計数管理もゴミ拾いもカメラマンにもなる変幻自在のスーパーマンです。

地域の皆さまへ

この「あおぞら壁新聞」はカンタキあおぞらの活動を知っていただき、皆さまのお役に立ちたいと思い、毎月発行しております。野栄町内会様、晴見台東町内会様、共和第二親睦町内会様、共和第一町内会の皆さまには、各町内会会長様のご了解とご協力をいただき、スタッフが戸別に配布又は回覧等という形でご覧頂いておりますが、迷惑に思っておられる方もいるかもしれません。そのような場合は、ご面倒でも下記までご一報頂けると幸いです。今後もカンタキあおぞらをよろしくお願ひします。

☎0155-36-7777(金子)

是非ご参加ください!!

会場 サロンあおぞら
(あおぞらクリニック4階)



**毎週月曜日は
元気はつらつ体操!!**

日時/毎週月曜 10時~11時30分
費用/参加無料
運動靴、飲み水持参

おひとり様お茶会

日時/6月18日(火)・7月16日(火)
各10時~11時30分
費用/1回100円
お茶とお菓子ができます

「カンタキ・健康・かふえ」レポート!!

第21回 読み語り

—年老いた私が ある日
今までの私と 違っていたとしても
どうかそのままの 私のことを
理解して欲しい

私が服の上に 食べ物をこぼしても
靴ひもを結び忘れても
あなたに色んなことを 教えたように
見守って欲しい

あなたと話す時
同じ話を 何度も何度も 繰り返しても
その結末を どうかさえぎらずに
うなずいて欲しい—



高橋秀子さん

年老いて誰しも通る道の途上で、その想いはこのようなことかもしれません。
高橋さんは、この「手紙 ~親愛なる子供たちへ~」をとても温かく語ってくれました。そのほんの一部だけをご紹介しました。

第22回



航空機を利用した新たな試み

初期研修は沖縄で、そして救急医になるため横浜へ。しかし昼も夜もひっきりなしに救急に立ち向かい、少し疲れた時、子供の頃からの夢を思い出す。

パイロットを目指してアメリカのラスベガスに上陸。上空3千メートルの砂漠や夜間飛行、単独飛行も。プライベートパイロットの資格を取得し、「航空機を使った医療搬送」という仕事を目指して進みだした。

多くの医療機関に手紙を出したが、唯一この理想を受け入れてくれた北斗の空を飛びつつ感謝の気持ちでいっぱいです。

北斗病院 総合診療科 向井耕一

ご予約不要!

お茶しながら、健康を維持し、より健康になっていくための交流会

「カンタキ・健康・かふえ」

毎月木曜 2回開催

時間 午後 2:00~3:00
出入り自由!

【今後の予定】 どなたでも参加OK! 参加無料! 飲み物も無料!

お問い合わせ ☎0155-36-7723



第24回 5/23(木)

「できていますか、清潔手洗い」
講師/北斗病院 感染管理認定看護師 高橋恵子

第25回 6/13(木)

「あなたは延命治療をのぞみますか?」
講師/北斗病院 看護教育部長 横谷清子

第26回 6/27(木)

「超音波エコーは音で診る」
講師/北斗病院 臨床検査技師 岡田豊治

街かど相談室 あおぞら

医療・看護・介護・福祉等について何でもご相談ください。

参加
無料
予約不要

6月14日(金) 10:00~12:00

場所:あおぞらクリニック
担当:高田康範

総合お問い合わせ ☎0155-36-7723