

神田で元気にながいき通信

～センター長より ごあいさつ～

寒露を控え、紅葉の季節が近づいて参りました。

日頃より高齢者あんしんセンター神田の運営にご理解、ご協力を賜り、深く御礼申し上げます。神田で元気にながいき通信51号をお届けいたします。

私ごとですが過日、『身上書』を目にする機会がありました。昭和40年代前半、父と母が結婚する際、父方の祖父が母の実家宛てに作成したものです。そこには私のルーツ(根源)とも言える家系の成り立ちが記載されていました。

なかでも非常に驚いたのが、高祖父に始まり祖父が独立するまでの間、神田佐久間町に住居を構え、製造業を営んでいたことが記載されていました。

私は神田駿河台の病院に新卒社会人として就職し、縁に引き寄せられるように高齢者あんしんセンター神田に転職した経緯があり、人生の約半分、神田地域で仕事をさせていただいています。

神田地域に縁深いのは偶然ではなく、先祖が築いた地、いわば「縁(ゆかり)の地」からの波動を引き継いでいたことに感銘を受け、神田地域をさらによりよくしたい気持ちが増した次第です。

猛威を振るった第7波がようやく落ち着きつつあり、コロナとともに生きる時代(ウィズ・コロナ)が加速しています。

皆様におかれましても、季節の変わり目からご体調に変化が生じやすい時期となります。なにとぞ、ご自愛下さいませ。

末筆ではありますが、今後とも高齢者あんしんセンター神田をよろしくお願い申し上げます。

センター長 川島典子



～新職員挨拶～

令和4年7月1日付で、かがやきプラザ相談センターから高齢者あんしんセンターへ異動して参りました。

松浦秀和 と申します。



かがやきプラザの開設当初から、約7年神田地区の高齢者の方々に携わらせていただいています。

異動直前に子どもが生まれ、7月いっぱい育児休暇を取得しました。仕事を終えて帰宅すると、買い物・夕食づくり・子どもの入浴・寝かしつけと、毎日家事・子育てにも追われています。

高齢者あんしんセンター神田の仕事とかがやきプラザでの仕事とでは、似ているようで色々と違うことが多いので、仕事も子育ても、毎日のように新しいことに直面し、新鮮な気持ちで日々勉強させてもらっています。

早く慣れるよう精進して参ります。よろしく願いいたします。



～神田で元気にながいき教室のご報告～

令和4年5月21日(土)に西神田町会向け、9月4日(日)に西神田コスモス館住宅自治会向けに高齢者あんしんセンター神田の職員による出張型の神田で元気にながいき教室を開催し、「千代田区の高齢者福祉サービス」「介護予防」「介護保険」等についてお話させていただきました。

両日ともに定員いっぱいの大盛況で参加者からは「千代田区の高齢者施策が手厚いことが知れた」「あんしんセンターの支援体制を知ることが出来た」等のご感想をいただきました。町会や自治会などの集会にご希望があれば出張いたします。ぜひお気軽にご相談ください！



～フレイル測定会～

令和4年9月15日(木)、万世橋区民館で「フレイル測定会」が行われ、50名ほどの方が参加されました。

「フレイル」は「**虚弱**」と訳され、介護が必要になる前の状態をさします。当日は体力測定、認知機能チェック、栄養チェックを行ったのち、それらの結果を踏まえ、区や高齢者あんしんセンター神田等の職員、リハビリの専門職が、フレイル予防に関する情報提供やアドバイスを行いました。



フレイル(虚弱)予防は、まず自分の状態を知ることが大切です。

今回の「フレイル測定会」は、その第一歩になったのではないのでしょうか。

～「自立支援・介護予防に向けた地域ケア会議」のご報告～

令和4年9月16日、高齢者あんしんセンター神田・麴町および千代田区在宅支援課の共催で開催いたしました。

「自立支援・介護予防に向けた地域ケア会議」とは、ご高齢の方がお元気に生活を続ける方法や視点、その方に合った自立をサポートする方法や視点を、高齢者あんしんセンターの職員が管理栄養士、理学療法士、歯科衛生士といった専門職より、アドバイスをいただく会議です。

地域の相談員として日々勉強し、皆様が住み慣れた千代田区でいつまでもお元気に生活を送れるよう、引き続きお手伝いさせていただきます。

