

# けあぷら通信

2017年5月号(累計85号)  
発行 ~ここに笑顔がある~  
東山田地域ケアプラザ  
住所 224-0024 東山田町270  
電話 045-592-5975  
FAX 045-592-5913  
発行責任者 所長 堂前裕子

平成29年度がスタートし、一ヶ月が経ちました。

今年度も東山田地域ケアプラザでは~ここに笑顔がある~をスローガンとして、地域の皆様方の少しでもお役にたてるよう職員一丸となって取り組んでまいります。どうぞ、よろしくお願いいたします。



4月より、新しい職員が入職いたしました！  
この紙面上にて自己紹介をさせていただきます。

初めまして。地域包括支援センターに配属になりました、  
保健師の**藍野恵子 (あいのけいこ)**です。  
前職では看護師をしていました。趣味は着付けと、温泉旅行です。

まだまだ不慣れですが、早く皆様に名前を覚えていただけるように  
精一杯頑張りますので、どうぞよろしくお願いいたします。



また地域包括支援センターでは、  
4月24日より保健師の**中村晴香 (なかむらはるか)**が復職する予定です！

地域包括支援センターでは西澤（社会福祉士／主任）、関島（主任ケアマネジャー）、中村、藍野（保健師）の4名体制となります。

これからも継続して地域の高齢者が住み慣れた地域で安心、安全、健康な生活をおくることができるよう総合的に支援させていただきます。

「こんなこと相談してもいいのかな…？」と疑問に思う内容でも、お気軽にご連絡ください。

また介護予防を目的とした「スリーAサポーター講座」や「臨床美術」などなど、いつまでもお元気でいていただくための講座も実施予定です。

皆様のご連絡をお待ちしております♪

☎：592-5975 または 590-3788（相談専用）



地域交流の事業では、今年度も継続して「遊びのおもちゃランド」、「ころころぱんだ」、「そうさんくらぶ」などの子育て事業を実施します！

高齢者を対象とした昼食会「ふきのとう」や、ミニデイサービス「ゆうゆう東山田」、茶話会の「談話室」も実施します！

事業に関する問い合わせ、申し込みはケアプラザにご連絡ください。

☎：592-5975



## 包括奮闘記

# 「つながり」が元気の秘訣！

老人会やサロン、認知症カフェにサークル、ボランティア活動などなど。地域の中には仲間とつながれる場所がたくさんあります。このような活動に参加していると、4年後も健康で自立した生活を維持できるんです。参加していない方と比べて、その差は**3.9倍**！（※月1回以上ボランティア活動に参加。月1回以上サークル活動等に参加は**1.5倍**）「つながり」が元気の秘訣ということは間違いありません。

これは何かしらの活動に参加しないともったいない！と思った方。包括では活動に参加したいという高齢の方向けに「**インフォーマルサービスリスト**」を作成しています。都筑区内の地域活動が載っていますので、ぜひご活用ください。ケアプラザで配布しています。

## ～今、お使いの包丁・まな板 ぜひお持ちください～

来る、6月11日（日）に東山田地域ケアプラザでは包丁研ぎのボランティアさんが来てくださいます。

日時：6月11日（日） 10時～15時

料金：500円より

ぜひお気軽にお越しください。



この機会に、新品のような切れ味にしませんか？

## 都筑警察署のおまわりさんに聞きました！

### **振り込め詐欺が流行っています！！**

○神奈川県内では高齢者をねらった振り込め詐欺が年々増加しています！

- 平成29年1月～4月中旬までで、被害額は**11億円超**！
- 都筑区内でも**5件**発生しています。



○どんな手口なの？

- 息子さんなどご家族や警察官を名乗って掛かってくるケースが大半です！
- なかには区役所の職員になりすまし、「個人情報漏れている。今すぐキャッシュカードを止めないといけない。これから受取りに行くので預金口座とキャッシュカードを準備して下さい。」と言い、自宅まで受取りに来るケースもあります。
- また「未払いの還付金があります。」などとATMに行って操作をさせ、電話をしながら言うとおりに操作することで詐欺師の口座にお金を入金させるといった手口もあります。



○被害に遭わないために…

- ATMで還付金が返還されることはありません！
- 「携帯電話を持って銀行へ」は、**詐欺**です！  
落ち着いて、家族や警察へ電話しましょう。
- 家族同士での合言葉を決めておくのも被害に遭わないための方法です♪  
家族間で話し合い、いくつか決めておきたいですね。

