



# つながるたけた

～つ **かめ** る幸せ～ 

竹田市地域包括支援センター  
竹田市大字会々1650番地（竹田市総合社会福祉センター内）  
TEL 0974-64-0310 FAX 0974-63-1050  
（夜間・休日）TEL 090-4489-2454

## Vol.36

令和5年5月1日発行

「つながるたけた」は、高齢者等の福祉に関する関係者に向けた通信誌です

### おしらせ

## 地域包括支援センター地区担当職員

令和5年度の地区担当職員が決まりましたのでお知らせします。

| 中央  |                            | 東部  |                 | 西部       |                            | 南部   |                 |
|-----|----------------------------|-----|-----------------|----------|----------------------------|------|-----------------|
| 地区名 | 担当者                        | 地区名 | 担当者             | 地区名      | 担当者                        | 地区名  | 担当者             |
| 竹田  | 原尻 美由紀<br>大窪 奈津美<br>甲斐 香代子 | 岡本  | 二宮 亮一           | 玉来       | 原尻 美由紀<br>二ノ宮 豊子<br>甲斐 香代子 | 入田   | 甲斐 香代子          |
|     |                            | 明治  | 菅 あすか           | 松本       | 吉良 かおり                     | 嬭岳   | 菅 あすか           |
|     |                            | 豊岡  | 大窪 奈津美<br>児屋野 顕 | 菅生       | 吉良 かおり                     | 宮砥   | 羽田野 直子          |
| 北部  |                            | 荻地域 |                 | 久住地域     |                            | 直入地域 |                 |
| 宮城  | 児屋野 顕                      | 荻   | 池島 愛希子          | 久住       | 本武 彩奈<br>児屋野 顕             | 直入   | 佐藤 てる代<br>本武 彩奈 |
| 城原  | 二宮 亮一                      |     |                 | 白丹<br>都野 |                            |      |                 |

荻地域、久住地域、直入地域担当職員は社会福祉協議会の各支所に常駐しています。



荻支所

☎ 68-3050

久住支所

☎ 64-3823

直入支所

☎ 75-2216

## 新職員紹介

新年度を迎え、新たな職員が加わりました。よろしくお願いします。

皆さんが安心して地域で生活できるように専門職で支援させていただきます。お気軽にご相談ください。事務も新しく木下香に変わりました。よろしくお願いします。



後藤 元成  
(センター長)



児屋野 顕  
(社会福祉士)



二ノ宮 豊子  
(保健師)

## いきいき運転健康教室のお知らせ

年齢を重ねても出来るだけ長く運転を続けたいですね。

「いきいき運転健康教室」は、免許返納を考えるのではなく出来るだけ長く安全に運転ができるために、自分の今の状態を知る機会をつくることを目的に開催します。ぜひご参加ください！

※申し込み締め切り：6月9日（金）

日時：令和5年6月22日（木）13時30分～

場所：竹田市総合社会福祉センター

参加費：無料

定員：15名（先着順）※竹田市民の方

内容：講話「認知機能を保つために」等

脳の健康測定・運転機能検査

健康チェック及び簡単な体力測定

保健師によるアドバイス

## こんなお悩み・不安はありませんか？

最近探し物が多い。  
どこに直したか忘れる…



足を手術した。  
退院して家での生活が  
心配…



介護保険の手続きはどう  
すればいいのだろう…。  
介護サービスはどう使え  
ばいいの？

隣から頻繁に怒鳴り声や  
泣く声が聞こえる…



そんな時は地域包括支援センターにご相談ください！

### 総合相談・権利擁護

高齢者に関する介護や  
認知症のご相談、高齢  
者虐待や消費者被害等  
様々なご相談に対応し  
ます。

### 介護予防マネジメント

要支援1, 2と認定され  
た方や介護予防が必要  
な方にサービスの調整  
などを通し自立した生  
活を支援します。

### 認知症支援チーム

もの忘れが気になる方  
の相談や専門医受診の  
調整、認知症予防の取  
り組みを行います。

### 転ばん隊 噛めかめ

運動機能の低下予防や  
介護予防を行うリハビ  
リ専門職チームです。  
運動実施や生活動作を  
アドバイスします。

## 健康長寿週一活動 (KSK) を行う団体が増えてます！

健康長寿週一活動は筋力や心身機能の維持を目的  
に行う、①～③の全てを満たす活動です。

- ① 毎週1回、決まった曜日・時間・場所に集まる。
- ② めじろん元気アップ体操  
(筋力アップのための体操) を必ず行う。
- ③ 65歳以上の方が5名以上参加していること。

この活動には、リハビリ専門職による体操指導や  
定期的な体力測定の実施、補助金10万円など竹田  
市による支援があります。

現在、29のグループが活動を行っています。  
参加者からは、『家に居て一人で体操はしない  
けど、皆と一緒に楽しく続けられる。』『毎  
週みんなに会えるのが楽しみになっている。』

『週1回体操をしないと物足りなく

感じるようになった。』

という声が聞かれ  
ます。体操をして  
体を元気に、地域の  
方と顔を合わせて  
おしゃべりをして、  
心も元気に過ごし  
ませんか？

実施グループの分布図  
(R5.4末現在)



## 元気な高齢者募集！！

つるかめでは、元気な高齢者の情報を募集していま  
す。ぜひ、お近くの元気な高齢者の情報をお寄せく  
ださい。自薦、他薦は問いません。推薦いただいた  
方の中から、先着順で「つながるたけた」にてご紹介  
させていただきます。

郵送、もしくはお電話にて、次の①から④をつる  
かめまでお伝えください。たくさんのご応募お待ち  
しています。

- ① お名前、生年月日
- ② 住所、電話番号
- ③ 趣味、楽しみ
- ④ 元気の秘訣



竹田市地域包括支援センターつるかめ  
〒878-0011 竹田市大字会々1650  
TEL64-0310 担当：かん

## 竹田市の高齢者情報



| (令和5年3月末現在) | R5年1月比  |        |
|-------------|---------|--------|
| 総人口         | 19,700人 | -132人  |
| 65歳以上人口     | 9,671人  | +9人    |
| 高齢化率        | 49.09%  | +0.37% |
| 介護認定者数      | 1,921人  | +1人    |
| 介護認定率(※1)   | 19.79%  | -0.01% |

介護認定者数と認定率は住所地特例を含む

(※1) 65歳以上被保険者数に占める認定者数の割合