



## 介護保険、一緒に考えてみませんか？

令和4年度 第1回目の認知症カフェです。今年度も岡山市より中区基幹型カフェとして認可を受け、新たな気持ちでスタートです。朝晩や自宅内ではまだまだ肌寒い時もございますが、外に出ると新緑が美しく、正に「春！」です。

いつもの「岡山市民体操」で体を動かした後、今回は介護保険について考える機会となりました。本制度を利用したり、家族が関わったりしたことのある方にとっては身近でしょうが、反面、そうでない方にとっては不安ばかりです。この度、介護認定の申請や手続き、在宅や施設でどのような介護サービスがあるのか、利用すればどんな良い点があるのか、またケアプラン（介護サービス計画作成）担当となる介護支援専門員（ケアマネジャー）はどのような役割があるのか等を説明させていただきました。参加者からは「必要な時に申請すれば良いことがわかった」「住宅改修の仕組みは勉強になった」「特養やグループホームといった施設の違いが知れました」等の感想をいただきました。そして、出来る限り在宅での生活を継続することの大切さもお伝えしました。



また、当カフェの開催中（場所 / 旭竜コミュニティーハウス）も随時、介護相談をお受けしています。ケアマネジャーは相談支援の専門職です。ご利用者様やご家族のご希望をお聞きし、医療や介護サービス、社会資源へとつなぐ役割がございます。ご質問等がございましたら「昭友会ケアプランセンター」にご連絡ください。ケアマネジャー（9名）が丁寧に対応させていただきます。



《追伸》旭竜支え合い隊として介護相談の担当をさせていただきます。

昭友会ケアプランセンター

岡山市中区中島75-1 電話086-237-1117

昭友会ケアプランセンター 渡邊修太郎

## 🐼 6月の一言メモ

6月はイベントがない…というイメージが強いのですが、探してみると行事やイベントが色々あります。

6月4日は語呂合わせで「むし歯予防の日」です。4日からの1週間は、歯の衛生週間となっています。歯磨きの仕方の再確認や歯ブラシの交換、歯医者での検診など、口腔ケアをしっかりと行い、美味しい食事を楽しみましょう。

そして第3日曜日の「父の日」。国によって「父の日」は異なるそうです。所説あるそうですが、とあるアメリカ人が男手1つで自分を育ててくれた父を讃える時に、父親の誕生日を参考にしたのが始まりと言われているそうです。また、5月下旬から6月上旬に、多くの地域で梅雨入りとなります。長引く雨に憂鬱になることもありますが、農業を行う人にとっては恵の雨です。紫陽花を見に出掛けたりして、梅雨の景色を楽しんでみてください！



## 時事川柳

天国の 母に届けと ガッツポーズ《女性》  
戦友と きずな染める リンクの上《女性》

皆様からのご応募お待ちしております

## 雑学クイズ

①～③の中から正しいと思うものを番号で答えましょう。  
一度開封したペットボトルの炭酸ジュースの炭酸が抜けにくくなる保存方法はどれでしょうか？

①キャップに周りにアルミホイルを巻き付ける

②上下を逆にしておく ③よく振っておく

答え②：ペットボトルの炭酸飲料は、一度開封するとキャップを締めたとしても炭酸ガスが空気と入れ替わる為炭酸が抜けます。しかし、上下を逆（キャップを下）にして保存するとキャップ周りに飲料が集まることで炭酸が抜けにくくなります。



岡山市中区基幹型認知症カフェ事業「オレンジカフェぽかぽか」は月2回、旭竜コミュニティーハウスで実施しています。当カフェの活動をご理解いただくと共に、認知症に関すること、介護やリハビリ、介護保険についての情報など発信しております。また、介護や日常生活での困りごと・不安なことを相談できる場としてご活用いただいております。ぽかぽか便りは、カフェが開催できない時や参加が難しい方などに発信しており、たくふう会グループのホームページでもご覧いただけます。

【主催】社会福祉法人昭友会 昭友会ケアプランセンター TEL.086-237-1117 FAX.086-237-3330

【協力】旭竜学区連合町内会 / 旭竜学区民生委員児童委員協議会 / 旭竜学区社会福祉協議会

