

さりげなく、ともに生きる！！
「おもいやりの町、しもすわ」をめざして。

2025年 6月号

No.336

発行人・濱 克典

編集・社会福祉法人

下諏訪町社会福祉協議会

社協だより

4/26 三角ハ丁「社協フレンドパーク」へ ご来場いただき、ありがとうございました！

いつも地域の皆様とたくさん交流でき、
社協を知っていただく貴重な機会となっています。
また秋にお会いできるのを楽しみにしています。



オルニコットちゃんとじゃんけん
ゲームやおもちゃすくい、わたあめ
の配布などを実施して交流させ
ていただきました。



下諏訪町社会福祉協議会
キャラクター
オルニコットちゃん

地域の皆様とたくさん交流できて、とてもたのしいイベント
になりました！ご来場ありがとうございました！
みなさんにまたお会いできるのを楽しみにしています！

下諏訪町地域包括支援センター

～地域の皆さまの相談窓口です～



「認知症初期集中支援チーム」のご紹介

ご本人、ご家族からの認知症に関する相談をもとに、自宅等を訪問し、お困りごとや生活の様子についてお話を伺い、状況に応じた、必要なサポートを行うチームです。

認知症かも？と心配な時には… お気軽にご相談ください

[例えばこんな時]

- 最近忘れっぽいかも…
- 同じ品物ばかり買っている…
- 車の運転が心配になってきたな…
- 心配だけど、どうしたらよいかわからない…
- 介護や対応するのに困っている…



家族がつくった「認知症」早期発見のめやす



日常の暮らしの中で、認知症の始まりではないかと思われる言動を、「家族の会」の会員の経験からまとめたものです。医学的な診断基準ではありませんが、暮らしの中での目安として参考にしてください。いくつか思い当たることがあれば、かかりつけ医などに相談してみることがよいでしょう。

- | | |
|--|---|
| <div>もの忘れがひどい</div> <div>☐ 1. 今切ったばかりなのに、電話の相手の名前を忘れる</div> <div>☐ 2. 同じことを何度も言う・問う・する</div> <div>☐ 3. しまい忘れ置き忘れが増え、いつも探し物をしている</div> <div>☐ 4. 財布・通帳・衣類などを盗まれたと人を疑う</div> | <div>人柄が変わる</div> <div>☐ 11. 些細なことで怒りっぽくなった</div> <div>☐ 12. 周りへの気づかいがなくなり頑固になった</div> <div>☐ 13. 自分の失敗を人のせいにする</div> <div>☐ 14. 「このごろ様子がおかしい」と周囲から言われた</div> |
| <div>判断・理解力が衰える</div> <div>☐ 5. 料理・片付け・計算・運転などのミスが多くなった</div> <div>☐ 6. 新しいことが覚えられない</div> <div>☐ 7. 話のつじつまが合わない</div> <div>☐ 8. テレビ番組の内容が理解できなくなった</div> | <div>不安感が強い</div> <div>☐ 15. ひとりになると怖がりたり寂しがったりする</div> <div>☐ 16. 外出時、持ち物を何度も確かめる</div> <div>☐ 17. 「頭が変になった」と本人が訴える</div> |
| <div>時間・場所がわからない</div> <div>☐ 9. 約束の日時や場所を間違えるようになった</div> <div>☐ 10. 慣れた道でも迷うことがある</div> | <div>意欲がなくなる</div> <div>☐ 18. 下着を替えず、身だしなみを構わなくなった</div> <div>☐ 19. 趣味や好きなテレビ番組に興味を示さなくなった</div> <div>☐ 20. ふさぎ込んで何をするのも億劫がりいやがる</div> |

認知症の電話相談（通話無料）

0120-294-456 (10:00～15:00) 土日祝を除く

携帯・スマホからは 050-5358-6578 (要通話料)



公益社団法人

認知症の人と家族の会

47 都道府県の支部の連絡先など詳細はホームページをご覧ください

[家族の会](#)

[検索](#)

認知症初期集中支援チームへのご相談は…

地域福祉推進係（下諏訪町地域包括支援センター）相談支援グループ ☎26-3377

下諏訪の地域情報満載「にこっとくらしナビしもすわ」もご活用ください。



<https://www.navi-shimosuwa.jp/>



にこっとくらしナビしもすわ

みにみに・でいさーびす

参加者を募集しています！

「日中、家に一人きりだし、どこか交流できる場所がないかしら？」とお考えの方、みにみに・でいさーびすに参加して、介護予防の体操やレクリエーション、茶話会をしながら、楽しく過ごしませんか？

参加対象者：介護保険を申請していない75歳以上の方

◎ひとり暮らしの方

◎ご夫婦など、高齢者世帯の方

場 所：下諏訪町老人福祉センター 2階 集会室

実 施 日：毎月第3水曜日 午前10時～午後2時頃まで

参 加 費：600円（お昼代）

※希望される方には、送迎をします。

※ご利用する前に一度訪問させていただきます。



【1日の流れ】

- 10:00 血圧測定など
- 10:30 レク・体操など
- 12:00 昼食
- 13:00 自由時間
お話したり、
歌を歌ったりなど
- 14:00 おわりの会



災害ボランティアの 事前登録を お願いしています



事前登録をしていただくことで、災害時に、速やかにボランティア募集及び活動を開始できます。登録者には、活動が必要となった際に、メール等でご連絡します。登録しても、参加を強制するものではありませんので、お気軽にご登録ください。

登録対象 下諏訪町在住、在勤、在学の方

活動内容

- ・災害ボランティア活動
- ・災害ボランティアバスパックの参加協力
- ・災害ボランティアセンターを設置する場合の運営協力 など

登録方法 メールで、お申し込みください。

(seikatsuouen@shakyo-shimosuwa.or.jp)

※メールに、「災害ボランティア事前登録希望」と記入し、「名前」「電話」「住所」を記載ください。

※登録後は、毎年度継続のご意志を確認させていただきます。

その他

活動時には、ボランティア活動保険（災害タイプ500円）にご加入いただきます。（保険料は自己負担です）

申込メールはこちら ▶



食料支援（フードドライブ） にご協力をお願いします

皆様からいただいた食料品を、必要な方にお配りしています。ご家庭などにご協力いただけるものがございましたら、ぜひご寄付ください。

提供いただきたい食品

- ・お米・缶詰・レトルト食品
- ・カップ麺 ・お菓子 など



食料品を
ご寄付ください

※全て未開封で、賞味期限が1ヵ月以上あるものをお願いします。

● お問い合わせは

地域福祉推進係 企画推進グループ
☎27-8886

介護でお困りのことは
ありませんか？

下諏訪町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所

居宅介護支援事業所について

介護を必要とされる方に対し、介護支援専門員（ケアマネジャー）が、ケアプランの作成や様々な介護サービスを適切に利用できるように調整を行い、ご自宅での生活を支援します。

《主な業務の内容》

① ご相談・お問い合わせ

まずはお気軽にご相談ください。



② 自宅訪問

ご自宅を訪問し、ご本人・ご家族の状況をケアマネジャーがお聞きし、適切なプランを考案します。



③ ケアプランの作成

ご本人やご家族の状況や環境に応じたケアプランをケアマネジャーが作成します。



④ 介護保険サービスのご利用

サービス事業所との連絡調整や介護保険施設の紹介を行い、作成したケアプランをもとに介護保険サービスをご利用いただけるようにします。



⑤ モニタリング・見直し

月に1度ご自宅を訪問し、心身や生活等の状況を把握します。必要に応じてサービスの見直しを行います。



その他

介護保険に必要な手続きの代行を行います。

ご本人・ご家族からのお話を十分にお聞きし、どうしたらその方の望む暮らしが実現できるかを一緒に考えたいと思います。お悩みを抱え込まずに、ぜひ私たちにお聞かせください。

下諏訪町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所
0266-78-3860

