

ほんとに、いい出会い

ケガを防いで、体を整えながら大切な大会シーズンに備えましょう！

『中高生のためのやさしいスポーツ医学ハンドブック』

中高生のスポーツ活動中のリスクを総ざらいしながら、スポーツ医学の基礎知識をQ&A形式で紹介。ケガを防ぐ体づくりと再発防止法、部位別テーピング&トレーニング方法も解説する。

『中高生のためのやさしいスポーツ医学ハンドブック』
曾我部吾哉／著
出版：日本写真企画

自分たちが持っている知恵を最大限に活かしながら、ジャンブルの中を生き抜いていく子どもたちの行動力に驚きです

『探検家』

飛行機が墜落し、アマゾンに4人の子どもたちが取り残された。4人は、自力でジャンブルを生きのびなければならぬ。だが、彼らよりも前に、誰かがここにいた気配がして…。

『探検家』
キャサリン・ランデル／著
越智典子／訳
出版：ゴブリン書房

ゴルフは審判のいないスポーツゆえに表れる人間性はさまざまです

『小説ゴルフ人間図鑑』

ゴルフは人間の性格の「善」と「悪」が如実に現れる。第一線の経済小説家が描く、笑い、涙、学びありの企業人必読の短編集。「篠田会長のOB」「役員山内のプッシュ」など全8話を収録。

『小説ゴルフ人間図鑑』
江上剛／著
出版：日刊現代

実はこんなこともしています：知られざる図書館の仕事の一部をご覧ください

『はたらく図書館』

図書館の仕事ってのんびりしてそう、と思ったら大間違い。書庫から本を取り出し、返つてこない本を催促し、壊れた本を直すこともあって、毎日大忙し！奈良の図書館「奈良県立図書館」の1日を写真で紹介する。

『はたらく図書館』
吉田亮人／写真
矢萩多聞／文
出版：創元社

戸籍の窓

- 人口16,786人（前月比 +2） 男8,329人 女8,457人
- 世帯数8,077世帯（前月比 +58） （4月1日現在）

※戸籍の窓は、届出者から了解を得て掲載しています。
※世帯主名、区名は住民票に基づいています。

介護のとびら

地域包括支援センターの紹介

高齢者の生活を支える総合相談窓口です

地域包括支援センターは、高齢者の方が住み慣れた地域で安心して自分らしく暮らし続けることができるよう、必要なサービスなどの紹介・調整をおこなう総合相談窓口です。

問い合わせ先

地域包括支援センター
（保健福祉課地域包括支援係）
（31）25510

- 主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師らが中心となつて、皆さまからさまざまな相談や悩みを聞き、適切な機関やサービスにつながるなど、連携して、皆さまを支援していきます。
- 御代田町では、保健福祉課地域包括支援係が地域包括支援センターの業務を担っており、保健福祉課介護高齢係と一体となつて対応をしています。
- こんな仕事をしています
- ①総合相談
高齢者に関する心配ことや悩みことなど、さまざまな相談に対応しています。高齢者自身だけでなく、その家族、近所の方なども、介護の負担や家族が詐欺にあつてしまった、近所に認知症が心配な人がいるなど、どこに相談してよいかわからない心配ことや悩みなどは、まず地域包括支援センターにご相談ください。
- ②介護予防・日常生活支援
総合事業に関すること
この事業は介護保険の要介護（要支援認定）を受けなくても、地域包括支援センターで実施する基本チェックリストで生活機能の低下があると判断された場合は、通所型サービスや訪問型サービスを利用することができます。身体状況の悪化を防ぎ、自立した生活が継続できるように介護予防を目的とした支援を行います。
- ③要介護（要支援）認定の申請に関すること
介護保険サービスを利用する場合、本人や家族などが窓口で「介護保険（要支援）認定の申請」をする必要があります。佐久広域連合で要介護状態区分が決定され、その区分に応じたサービスを利用する流れになります。地域包括支援センターでは、申請に係る初期相談に対応しています。
- ④高齢者の権利を守ること
将来認知症などで、高齢者の方がお金の管理や日常生活に係る契約などに自信がなくなつた場合でも、判断能力が十分でない人の権利と財産を守る成年後見制度があります。このような制度の活用をサポートし、安心して暮らせるよう権利を守る取り組みをしています。
- ⑤地域のネットワークの強化と構築
地域包括支援センターでは、高齢者の皆さまが地域で安心して暮らすことができるよう、さまざまな職種や機関と連携するための地域のネットワークづくりを進めています。地域の民生委員、消防署
- ⑥その他
認知症に関する事業、独居・高齢者世帯の実態把握、ボランティアなど各種養成講座の開催など、さまざまな活動を行っています。

お知らせ

《生きがい教室》
5月9日（金）
午後1時30分～3時
場所 エコールみよた
あつもりホール
『楽しく体を動かそう①』
講師 理学療法士 中村 崇氏
申し込み・問い合わせ先
保健福祉課
地域包括支援係
（31）25510



私たちが対応します！

①総合相談
高齢者に関する心配ことや悩みことなど、さまざまな相談に対応しています。高齢者自身だけでなく、その家族、近所の方なども、介護の負担や家族が詐欺にあつてしまった、近所に認知症が心配な人がいるなど、どこに相談してよいかわからない心配ことや悩みなどは、まず地域包括支援センターで実施する基本チェックリストで生活機能の低下があると判断された場合は、通所型サービスや訪問型サービスを利用することができます。身体状況の悪化を防ぎ、自立した生活が継続できるように介護予防を目的とした支援を行います。

②介護予防・日常生活支援
総合事業に関すること
この事業は介護保険の要介護（要支援認定）を受けなくても、地域包括支援センターで実施する基本チェックリストで生活機能の低下があると判断された場合は、通所型サービスや訪問型サービスを利用することができます。身体状況の悪化を防ぎ、自立した生活が継続できるように介護予防を目的とした支援を行います。

③要介護（要支援）認定の申請に関すること
介護保険サービスを利用する場合、本人や家族などが窓口で「介護保険（要支援）認定の申請」をする必要があります。佐久広域連合で要介護状態区分が決定され、その区分に応じたサービスを利用する流れになります。地域包括支援センターでは、申請に係る初期相談に対応しています。

④高齢者の権利を守ること
将来認知症などで、高齢者の方がお金の管理や日常生活に係る契約などに自信がなくなつた場合でも、判断能力が十分でない人の権利と財産を守る成年後見制度があります。このような制度の活用をサポートし、安心して暮らせるよう権利を守る取り組みをしています。