

5月1日付 秋田市人事異動



都市整備部長
木内 鑲生



都市整備部理事
豊嶋 太朗

国土交通省から出向していた橋本康英都市整備部長が4月30日付で市を退職して、国土交通省に戻りました。この後任として、木内鑲生都市整備部理事が都市整備部長に異動しました。

国土交通省からは、新たに豊嶋太朗氏を都市整備部理事として採用しました。

都市整備部長

木内 鑲生(都市整備部理事)

都市整備部理事

豊嶋 太朗(国土交通省住宅局住宅

総合整備課審査技術係長)

退職(4月30日付)

国土交通省住宅局市街地建築課長補佐へ

橋本康英(都市整備部長)

ふれあい元気教室 に参加しませんか

寝たきりや痴呆にならない(しない)ためには、生きがいを持ち、仲間をつくり、どんどん外へ出かけることが大切です。

月1回この教室に参加して、仲間とふれあい、心と身体を元気にしましょう。



港北地区のふれあい元気教室で

対象者 病気や加齢により身体機能の低下がある40歳以上のかたで、会場へ通うことが可能な下記のようなかた。ただし、介護保険のサービスを利用していないかたに限りです。
*健康に自身がなく、体を動かすことがほとんどない
*友人や隣近所との交流が少なく、外出する機会が少ない
*脳卒中後遺症などがあっても、日常生活はほぼ自立している

とき 6月3日(火)から、おおむね毎月第1火曜日

ところ 市保健センター(八橋南一丁目8-6)

内容 軽体操、レクリエーション、簡単な作品づくり、健康などについてのお話

スタッフ 医師、理学療法士、作業療法士、保健師など

定員 20人程度

参加費 無料

申し込み 市保健所保健予防課 ふれあい元気教室担当☎(883)1178



有馬さん(左)にとって、家事の合間のおしゃべりも楽しみの一つ

わたしの介護保険 利用術

有馬公子さん(65歳・要介護2)
(濁川)

いきいきライフのすすめ!

問い合わせ 介護保険課 ☎(866)2069

有馬さんは、七年ほど前にリウマチになりました。リウマチは、全身の関節が痛み、悪化すると関節が変形して動かせる範囲が狭くなることもある、つらい病気です。介護保険のサービスを利用し始めたのは、一人暮らしになった約三年前。当時は、まだ六十五歳未満でしたが、リウマチは特定疾病に指定されているので、第二号被保険者の対象になりました。

「リウマチは全身の病気なので、本当に大変。家事もできる範囲でやっているけど、調味料のふたを緩めておいてもらわないと開けられなかったり、下に落ちたものが拾えなかったり、手を貸してもらわないとできないことがあるんです。わたしができない部分をヘルパーさんがやってくれるので、助かっています」と有馬さん。

有馬さんの 介護サービス

介護サービス自己負担額 月約10,000円

*介護サービス自己負担額は、保険で9割負担されるため、1割負担となります

訪問介護

週2回 ホームヘルパーの生活援助
ヘルパーさんが掃除や大きなものの洗濯、ごみ出しなどの家事を手伝ってくれます。

月2回程度 ホームヘルパーの外出介助
買い物のために外出するとき、ヘルパーさんが介助してくれます。また、通院には、介護タクシーを利用しています。

週1回 通所介護(デイサービス)

血圧や体温など、健康状態をチェックしたあと、体操やリハビリ、レクリエーションなどをします。合間には、お茶を飲みながら、リハビリや介護などに関する情報交換も、入浴もします。



福祉用具の貸与

手をついて起き上がるのが困難なので、電動のベッドを借りています。

総合的な援助の方針

- ・訪問介護による見守りの強化と外出の介助
- ・通所介護や自助具を利用して入浴を行う
- ・訪問介護による生活支援
- ・通所介護で他者との交流をはかり、ひきこもりを防止する
- ・定期通院による病状の管理
- ・訪問介護による通院時の介助



ケアプランは、ケアマネジャーが中心になって、利用者が本人や家族と、どういった援助が必要かを相談しながら作成します。

解決すべき課題(ニーズ)

- ・入浴、歩行、移動に援助が必要である
- ・障害のため、家事に支障がある
- ・人と交わる機会が少ない
- ・病気のために、痛みが繰り返される

災害への備えは万全ですか? 5月26日は県民防災の日

昭和58年5月26日の日本海中部地震から早20年。自然災害はいつ起きるかわかりません。ふだんからの備えが大切です。

家族の避難方法は

家族の避難場所や避難経路を実際に歩いて確認しましょう。避難場所は、秋田市ホームページ、土崎・新屋支所、図書館、公民館、地域センター、コミセンなどに配備している「地域防災計画」「防災カルテ」で確認できます。

<http://www.city.akita.akita.jp/city/gn/ds>

安否の確認などの連絡は

災害が発生すると、電話が殺到し、かかりにくくなります。この場合、安否の確認などの連絡

には、NTTの「災害用伝言ダイヤル」が便利です。一般家庭や公衆電話、携帯電話などから利用でき、事前の契約などは不用です。「171」をダイヤル後、音声案内に従ってご利用ください。

地域ぐるみで防災に取り組もう

災害時には、隣近所や町内の助け合いが重要です。災害弱者をいち早く救出したり、被害を最小限に抑えるためにも、地域、町内の協力体制や自主防災組織を整えておきましょう。

防災対策課 ☎(866)2021

3日分の食料や飲料水を

災害時に備えて、3日分の食料や飲料水を準備しておいてください。飲料水は、1人1日3リットルが目安。懐中電灯やラジオなどの非常持ち出し品もまとめておきましょう。

わが家の安全チェック!

地震や風水害による落下物や倒壊に対する安全対策はお済みですか。家屋やブロック塀の点検や補強、室内では家具類の転倒防止など、今一度確認してみましょう。