

福山市 北部地域包括支援センターだより

北部圏域ケアマネ連絡会

2025(令和7)年 No.1

福山市北部地域包括支援センター(以下、包括)では、北部圏域の介護支援専門員に向けての「ケアマネ連絡会」という研修会を、月に1回開催しています。内容は介護保険制度だけではなく、疾患や口腔ケア、権利擁護…など、ケアマネジャーとして、知っておきたい事を幅広く取り上げています。

2025年4月は、BCP(業務継続計画)の作成・研修・訓練について事業所間での情報交換会を行いました。今回は災害時におけるBCPを中心に話を進めました。工夫した点や事業所が独自に行った訓練や研修会の報告を聞き、よりよいBCP作成の参考になったのではないかと、思っています。災害時の対応は、圏域の事業所が連携しながら行わなければいけないね、という話から「圏域で合同訓練をしよう」という提案も出てきました。

北部圏域のケアマネ連絡会は、ケアマネジャーの資質の向上だけではなく、ケアマネジャーの顔の見える関係づくりも目的にしています。研修中には、参加者がグループに分かれて意見交換をするグループワークの時間を作る事もあります。毎回、他の事業所のケアマネジャーたちが、率直に意見交換をされる活発なグループワークが見られます。今年度も、他のケアマネジャーや他の職種の方々の視点を、自分の学びと気づきにできるような研修会を開催していきたいと思います。

～24区民協と包括との意見交換会～

2024年12月9日(月) 駅家交流館にて民生委員29名、包括4名で意見交換会が行われました。会の開催にあたり、民生委員からのご希望として「24区民協には新しく民生委員になった方が多いため、包括とは何をしている所なのか改めて知りたい。同時に民生委員が包括に望むこと、包括から民生委員にお願いしたいことなども意見交換ができれば」とのことでした。

まずは包括職員が包括の役割や業務内容を説明しました。その後4つのグループに分かれグループごとに意見交換が行われました。意見交換後、各グループからお話した内容を発表していただきました。その中には「民生委員の活動を行う中で支援が必要な方がいる場合に関係各所との協力をどのようにしているか?」という質問や、「介護保険制度やケアマネの役割、また地域の方を支える社会資源がどのようなものがあるか」などの話も出ていました。

最後に包括から「今後は個人の困り事だけではなく、地域全体の課題が出てくると思われる。その場合には地域ケア会議を開催して関係者が集い、地域の実情に合わせて、どうしたらよいのかを検討し、解決していくことも一つの方法」であることをお伝えし、今後も協力を深めていくことを確認しました。

参加した民生委員さんからは、「地域を支える活動を行う立場として互いの意見交換をすることが有意義だと感じた。機会があればまた行いたい」との感想をいただきました。



やわらぎサロン

2025年2月20日に、芦田町で毎月1回開催されるサロンへ出前講座に行ってきました。サロンには女性23名、男性2名の計25名の参加者がおられ、感染症予防や健康についての講義、相談、血圧測定を行いました。感染症についてはインフルエンザ、新型コロナ、ノロウイルス等の流行状況や、手洗い・うがい・手指消毒等の予防方法や留意点についての話しを行い、健康については日常生活での食事や運動等の心掛けてもらいたい事について話しを行いました。

講義では皆さん関心を持って聞かれていた様子で、講義後には希望された方に血圧測定と個別相談を行い、持病や食事の相談について話しを行いました。

皆さんの健康が維持できて、これからも住み慣れた地域で暮らせるように、今後も様々な情報を伝えていけたらと思います。



ひまわり倶楽部

毎月最後の週の月曜日

ひまわり倶楽部は、いきいきと過ごせるように脳トレやレクリエーションなど様々な活動を行い、脳の活性化に取り組む教室です。皆さまのご参加をお待ちしています。

10:00 ~ 12:00

活動予定日 *** 11月、12月、2月は活動予定日をご確認ください**

2025年4月28日	5月26日	6月30日	7月28日
8月25日	9月29日	10月27日	11月17日
12月22日	2026年1月26日	2月16日	3月30日



〒720-1132
福山市駅前大字倉光451番地15
(府中地区医師会駅前保健福祉センター 1階)

参加費 **無料**
(月によっては材料費等がかかる場合があります)
※当日午前8時の時点で警報が発令されている場合は、開催中止となりますのでご了承ください
*参加ご希望の方は下記の連絡先まで事前にご連絡ください

お問い合わせはこちら

福山市北部地域包括支援センター
TEL 084-976-0071



参加者皆さんでどんなことをしようかな、と一緒に話し合いながら活動しています。初参加でもすぐに打ち解けるような、和気藹々アットホームな雰囲気です。



れもんカフェ

れもんカフェは認知症の方やそのご家族、認知症に関心がある方などが参加できる集いの場です。
悩み事の相談や情報交換など、一緒におしゃべりしませんか？
認知症・介護等の専門職も参加しています。
飲み物とお菓子ををご用意してお待ちしています。

毎月第3土曜日 9:30~11:30

2025年 4月 19日	2025年 10月 18日
5月 17日	11月 15日
6月 21日	12月 20日
7月 19日	2026年 1月 17日
8月 23日	2月 21日
9月 20日	3月 21日

カフェが中止になる場合があります。日程はお問い合わせください。

福山市北部地域包括支援センター
〒720-1132
福山市駅前大字倉光451番地15
(府中地区医師会駅前保健福祉センター 1階)

参加費 **200円**
対象者 認知症の方やそのご家族
認知症に関心のある方
※当日午前8時の時点で警報が発令されている場合は、開催中止となりますのでご了承ください。



お問い合わせ先 福山市北部地域包括支援センター
TEL 084-976-0071
主催 福山市北部地域包括支援センター

出前講座

包括では、地域の方や各種団体(自治会や老人クラブ、サークル、企業など)を対象に出前講座を開催しています。

フレイル予防や健康づくり、介護保険申請など、テーマに応じて包括職員や近隣の事業所の専門職と協力しながら講座をさせていただきます。

お気軽にお問い合わせください。

笑う門には
福来る！

福きた教室

皆さん、楽しく身体を動かしてみませんか？仲間を作りませんか？

福きた教室で、いきいきと健康寿命を延ばしましょう！

集おう！ 語ろう！ 笑おう！



日時：毎月 第3 水曜日 (祝日は休み)

13:30～15:00

内容：体操 レクリエーション 他

会場：福山市駅家町倉光451番地15

(府中地区医師会駅家保健福祉センター1階)

※ 動きやすい服装でお越しください。

※ 上履き、飲み物、タオルを持参してください。

※ 内容によっては参加費がかかる場合があります。

※ 当日のAM10時の時点で警報が発令された場合はお休みです。

※ 体調不良、発熱など症状がみられる方の参加はご遠慮

くださいますようお願い申し上げます。



会場の都合上、参加者希望者は月初めに電話予約をお願いします。

【問い合わせ先】 福山市北部地域包括支援センター 084-976-0071



体操をしたり、制作をしたり、講師の先生のお話を聞いて勉強したり、毎回、内容が違うので、初めてでも参加しやすい教室です。ぜひ予約してお越しください。



転ばぬ先の塾 あしだ教室

各種専門家 による 体操教室 等

日時 毎月 第4火曜日 (祝日は振替)

13:30 ~ 14:30

場所 芦田ふれあいプラザ (芦田支所となり)

持ち物 飲み物・タオル

駐車場 施設駐車場あり

※ 内容によっては参加費が必要です。

※ 芦田地域以外の方の参加も可能です



問い合わせ先 ☎ 084-976-0071 北部地域包括支援センターまで

ルールの兆候に早く気づいて、生活を見直すことで身体機能や認知機能の低下を遅らせたり、元気な状態を取り戻すことが出来るといわれています。動きの専門家と一緒に、身体づくりをしませんか。

※ 当日の午前10時の時点で警報が発令された場合はお休みです

今年度から芦田ふれあいプラザで開催しています。毎回、内容が違うので、初めてでも参加しやすい教室です。ぜひお越しください。



地域包括支援センターは

地域で暮らす高齢者とその家族の介護、福祉、医療等に関する様々な相談を受けつけています。

専門知識を持ったスタッフが連携し、必要な機関と協力・調整して、問題解決に向けてお手伝いします。

「介護サービスを使うにはどうしたらいいか」「どこに相談したらいいのかわからない」「近所の高齢者の様子が心配」などの相談ごとは、まずはお近くの地域包括支援センターにご連絡ください。

福山市北部地域包括支援センター

(本センター)

駅家町倉光435番地の2(府中地区医師会駅家保健福祉センター北館1階) ☎ 084-976-0071

福山市北部地域包括支援サブセンター駅家

(サブ駅家)

駅家町万能倉96番地の1(備後の里内) ☎ 084-977-0071

福山市北部地域包括支援サブセンター芦田

(サブ芦田)

芦田町福田189番地の1(飛鳥苑内) ☎ 084-950-0071

職員全員が出払って不在にすることもあります。

来所相談をご希望の方は、まずはお電話をいただきますと幸いです。

お気軽にご相談ください



福山市北部地域包括支援センター
本センター

