

足立健康友の会 かばら支部ニュース

入会案内特別号

入会案内号

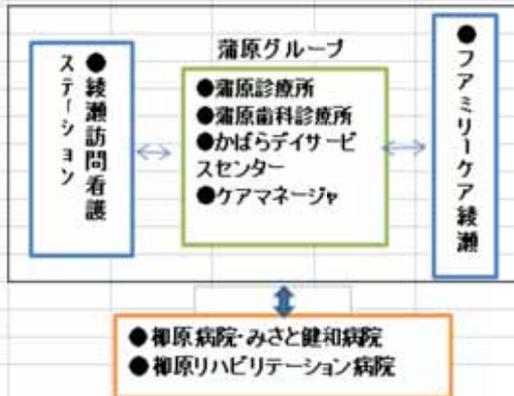
2015年10月8日
電話 3605-5594
http://kabarato-nokai.kenwa.or.jp/
mail:kabarashibu@ahoo.co.jp

みなさん、ご自分やご家族のみなさんは、すこやかな毎日をお過ごしでしょうか。

安倍内閣によって医療・介護保険が年々利用しにくくされました。

日本の高齢化が急速に進む中で、要支援の介護利用者が介護保険からはずされ自治体が民間の力を中心にサービスの提供をやるように改悪されました。

この中で医療と介護と福祉が総合的に連携して行う「地域包括ケアシステム」がはじまりました。



友の会に入会していっしょに 安心して住めるまちづくりを

私たち利用者から見ると

「要介護度3」以上になり身の回りの日常生活の支援は介護保険からはずされ、ボランティアが行う生活支援になります。また、自治体が独自に行うのでお金がある自治体とない自治体で格差がでる恐れもあります。

民医連に加入している蒲原診療所は同じビルにある蒲原歯科診療所・かばらデイサービスセンターが

核となり訪問看護部門、訪問介護部門と連携して皆さんが安心して住んでいける街をつくるため友の会と一緒に頑張っています。[図参照]

私たち足立健康友の会がかばら支部は、職員と連携して地域に気軽に集まり食事をしたりお話ができる「居場所」づくりに取り組んでいます。

地域の居場所 友の会の楽しい班会

すみれ班は楽しい

友の会の班の一つである「すみれ班」はほぼ毎月、集まりを持っています。みなさん顔見知りなので遠慮なくおしゃべりに花を咲かせます。そのひとときをとっても楽しみにしています。手を動かして手芸をしながらおしゃべりに花を咲かせればボケ予防に役立つと思っています。



あじさい班

辰沼・神明地域の人が気軽に話し合える場として続けてきました。今年の7月みんなでそうめんをゆで、持ち寄った、かき揚げ・ワ

イン・スイカ・サクラソビ・漬け物・酢の物などをたべながら念願だった班の名前を「あじさい班」と決めました。9月には保健師を招いて生活習慣病にならないために野菜中心の食生活と適度の運動が大事なことを学びました。笑いながら集まるのが楽しい班会にしたと思います。



第29回 蒲原健康まつり

日時 10月25日(日)
午前10時～午後2時 雨天決行
蒲原診療所 駐車場・待合室

かばら日帰りバス旅行

日時 11月15日(日)
場所:昇仙峡ほか
費用:7000円
申込等:診療所受付3605-5594

第13期 蒲原健康講座の御案内

課	開催日時	テーマ	講師
第1課	9月30日(水) 14:30~16:30	不眠の話	三好加津子先生 みさと健和クリニック 総看護師長
第2課	10月7日(水) 14:30~16:30	認知症を支える	多田誠一先生 小規模多機能施設 認知症ケア専門士
第3課	10月17日(土) 14:30~16:30	大腸ガンの早期発見と治療	高重義先生 蒲原診療所 所長
第4課	11月4日(水) 14:30~16:30	歯周病について	尾崎哲也先生 みさと健和歯科 ・所長

会員の特典は?

胃カメラ・・・15,500円 10,500円
腹部超音波検査・・・5,775円 4,620円
動脈硬化検査・・・2,100円 1,680円
インフルエンザ予防接種

65歳未満 3,240円 2,916円

65歳以上は2,200円(自治体料金)です

このほか各種ありますので、詳しくは窓口でお問い合わせ下さい。

電話 3605-5594 蒲原診療所受付

かばら支部活動の紹介

サークル紹介

支部にサークルは6つあります。書道サークル、歌声サークル「こもれび」、川柳、歩こう会、パソコン教室、囲碁将棋サークルとそれぞれ個性豊かに活動しています。みなさんも好きで興味のあるサークルに仲間入りしませんか。

歌声サークル「こもれび」

毎月2回の例会で、心ゆくまでコーラスを楽しんでいます。前半は先生のご指導による課題曲の練習。お楽しみのタイムはお茶



かばら 歩こう会

年2回ほど名勝・旧跡を求めて近郊へ出かけます。



書道サークル

メールにはない温かみ、日本の字の美しさを感じています。書に向かうと気持ちが新たになり同じ思いの仲間と過ごす大切な時間です。

時には季節の花に合わせ、少し遠くても意見が合えば出かけます。今年は「あけぼの山農業公園」(柏市)に行きました。年間を通じて花を楽しめます、



かばら パソコン教室

パソコンを使ってデジタル写真を整理したり、集ま



囲碁・将棋サークル

囲碁が好きな人が集まり2年前にサークルができました。その後、将棋が好きな人が参加し両方ができるサークルに発展しました。初めての人も石を置くこと

かばら川柳

最近の「時事・他」より

戦地よりかえる父待ち70年
 健診の帰りペダルが軽くなり
 ウイルスが狙う相手はマイナンバー
 オスプレイ空恐ろしい横田基地
 勇気とは争い避ける知恵のこと . . .
 2か月に1回、課題にもとづき作品を公募しています



により楽しむことが出来ます。

歌声サークル「こもれび」

日時：毎月第1・第3(火) 3時~5時
 会場：東和住区センター
 会費：月700円

書道サークル

日時：毎月第2・第4(土) 3時~5時
 会場：蒲原診療所2階食堂
 会費：月2000円

かばらパソコン教室

日時：毎月第1・第3(土) 3時~5時
 会場：蒲原診療所2階食堂
 会費：月500円(参加した月のみ)

囲碁・将棋サークル

日時：毎月第2・第4(火)
 2時30分~5時
 会場：蒲原診療所2階食堂
 会費：当面なし

関茂 俣子
 藤村 節子
 福島 久美
 戸村 末野
 嶺岸 宏