

# 高槻けやきの郷 地域だより

## けやきの郷 竹の内介護保険相談

毎週土曜9:30~11:30、下記の場所に

て介護保険相談を行なうことになりました。

- ・ 介護保険の手続きってどうすればいいの？
- ・ 介護保険で受けられるサービスは何かあるの？
- ・ 介護認定を受けているが税制上の控除は受けられるの？等々

色々疑問を話してみませんか？

担当：山本・芦田



## 元気祭り(地域福祉フェア)日程決定!

10月22日(土)10時~14時 けやきの郷にて

地域にお住いの方々の健康の一助になればとの思いより、一昨年から始め今年ではや3回目を迎えます。様々な業者さんにご協力いただき、健康や介護に関する展示や講座を予定しておりますので、ぜひご来苑ください。次号にて詳細をお知らせしたいと思います。

## ごぞんじですか？RUN伴(らんととも)

認知症になっても安心して暮らせる地域づくりを目指して、認知症の人もそうでない人も、みんなでタスキをつないで、日本を縦断するプロジェクトです！10月2日(日)に高槻をとおりますので、興味のある方は、けやきの郷の担当 引野・阪口までお問い合わせください。



### 8月・9月のお知らせ

★「認知症の人と家族を支える会」交流会 毎月第4木曜 13:30~16:00  
8月25日、9月22日 けやきの郷1階会議室にて。  
参加希望の方は、代表竹中さん 080-6220-3984 まで。飛び入りの参加も可です！

★障がい者支援施設花の会さんによるパン・スイーツ販売  
毎週金曜 11:30~12:30 けやき1階

★けやきカフェ 毎週月~土曜(日・祝休み)  
13:30~15:30 けやき1階 ドリンク・お菓子程度あります。  
散歩の途中にぜひお立ち寄りください。 ドリンク100円~

★絵手紙(毎月第1水曜) 14時~15時  
8月はお休みです。9月7日は行っています。 けやき1階にて

★認知症講座・認知症予防体操・認知症サポーター養成講座  
自治会・団体向けに行なっています。ご希望の方は、担当あしだまで

★竹の内 夏祭り  
8月20日(土)、竹の内小学校にて。  
けやきの郷も模擬店(たこせん)を出して参加しています！  
ぜひお立ち寄りください！



## ご報告

・7月30日(土)、無事高槻けやきの郷夏祭りをとりおこなうことができました。ご来場、ご協力くださったたくさんの皆さま方にお礼申し上げます。



ありがとうございました！

・7月18日(月)認知症の人の情報交流会と相談会がクロスパルで行われました。けやきの郷職員も助言者として参加させていただきました。勉強会では訪問看護の使い方に関してレクチャーあり。交流会では認知症の方の介護について悩んでいることなどを共有し、お医者さんや介護職員にアドバイスをもらえたたくさんの方に喜んでいただける会となりました。次回は11月23日に予定されています。



・7月14日(木)、大塚地域で認知症サポーター養成講座が開催されました。けやきの郷からは職員1名参加し、冠・大塚地域包括支援センターの皆さん、福祉用具さんきゅーさんとともに、認知症についての劇をさせていただきました。劇があると認知症のことをより身近な問題としてとらえることができるかもしれませんね。皆さん熱心に受講され、最後は認知症サポーターの証、オレンジリングを手に入っていました。養成講座開催ご希望の方は担当あしだまでご相談ください。

## 介護のワンポイントアドバイス

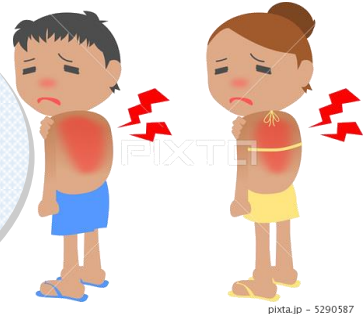
### 五本指ソックスについて

五本指ソックスというと、「履きづらい」や「水虫もちのようで恥ずかしい」というイメージがあります。しかし、今回は五本指ソックスの良い所を紹介します。この靴下を毎日履くことで、足指が良く動くようになり、指の一本一本に力を分散して踏ん張れるようになります。五本の指が自由に動けば、踏ん張りがきき、体のバランスもとれ、正しい姿勢が保たれます。正しい姿勢を保つことで、高齢者に多い転倒や捻挫を防ぐ事に繋がります。他にも、足の末梢血管の血行が良くなり、内臓機能が活性化され、便秘や肩こりの解消を助けることができます。そして、足底は体の中で汗腺密度が最も高い場所ですが、この靴下を履くことで、足指の股部分に溜まる汗を吸収して発散してくれます。もちろん、水虫防止にも効果があるので、これからの汗をかきやすい夏場でも、衛生的で気持ちよく使えるアイテムの一つです。

高槻けやきの郷 特養 介護職 ト部 愛美

# 健康・元気情報

引き続き暑い日が続きますので、熱中症予防と食中毒に注意してください。また日焼けをしやすい季節です。ひどい日焼けはやけどと同じ。水ぶくれができたり熱があったりするなら病院へ受診しましょう。



pixta.jp - 5290587



**徳島県**

四国の東部に位置し、東は紀伊水道、南東は太平洋にのぞむ県です。祖谷溪、大歩危、鳴門海峡などの豊かな自然と、「阿波踊り」に代表される民俗文化がのこります。大鳴門橋につつき明石海峡大橋が完成し、阪神地方との経済的、文化的一体化がすすんでいます。

**にゅうめん**

徳島県産「半田そうめん」は関西圏での消費が多く、にゅうめんを徳島県名産料理としてご用意致しました。ゆで上げた麺に熱いつゆをかけて、あるいはつゆで煮込んで食べるもの。そんな「にゅうめん」の呼び名は、「煮麺」の発音がなまったものといわれています。



**さつまいもごはん**

徳島県の名産品「なると金時(さつまいも)」は、生産のほとんどが関西圏で消費されています。秋の味覚をご飯と一緒に召し上がりください。

**ふるさと料理**

8月

ご意見・ご要望をお聞かせください。  
地域だよりに関する事、介護に関する事、  
当施設に対する事のお問い合わせ

## 高槻けやきの郷

住所：高槻市番田1丁目60番1号

電話：072-662-5888

FAX：072-662-5887

- 介護老人福祉施設(施設入所サービス)
- 短期入所生活介護(ショートステイ)
- 一般型通所介護(デイサービス)
- 認知症対応型通所介護(デイサービス)
- 居宅介護支援事業所(ケアマネ)

## 寿みのりの郷

住所：高槻市寿町3丁目3番12号

電話：072-690-2525

FAX：072-690-2626

- 認知症対応型通所介護(デイサービス)
- 訪問介護(ヘルパー)



『けやきの郷ホームページ』も随時更新しております。ご覧ください。

高槻けやきの郷

を

検索

高槻けやきの郷地域だより