

各世帯1部ずつお取りください!!



～いつかあなたのお役に立ちます～



▲HPはこちら

第19号

令和6年12月発行

今回の 障がい福祉サービス情報

梅本の里いつもの

itsumono



「いつもの場所でいつもの人に会える」をコンセプトに生まれた“梅本の里いつもの(itsumono)”。どなたでもご利用できる一般開放型のレストランと銭湯です。

そこでは、就労継続支援(B型)として、障がいのある方の就労の機会や生産活動の場も提供しています。管理者の河野さんにお話を伺いました。「ここでは“働く”ということを通して、働くことはしんどいけれど、働くことで役割を持つことができ、好きなことや夢に向かって進んでいける。その経験を積んでもらえれば」とのこと。そして「レストランの仕事では、地域の人や高齢者と関わる機会が多い。障がいを持っていても出来ることはたくさんある。いろんな人と関わることで



ひとりの人間としてお互いに支えあえる人になってほしい。できる可能性を信じて一緒に関わりたい」と熱く語っていただきました。また、利用者Yさんは「働くのは楽しい。いろんな人と会えるし、大変なこともあるけど自分のためやと思って働いている」と明るく前向きなコメントを。

梅本の里は、今回新たな取り組みとして障がい福祉事業を展開されるそうです。そのきっかけは「“ごちゃまぜ福祉”への挑戦」だと野本副施設長。ごちゃまぜ福祉って?「地域で暮らす人が年齢や性別、障がいの有無に関わらず、その人が持つ力を発揮しながら周囲の人とのかかわりの中でいきいきと暮らし、安心して人生を全うすることができる」地域づくりだそうです。

小野地区がこのような温かい地域となれるよう、梅本の里の新たな挑戦が始まっています!

就労支援B型
いつものでは
利用者さんを
大募集!

利用者さん 募集中!!

就労継続支援 B型

いつもの
itsumono



対象者

・障がい者手帳をお持ちの方
・一緒に働くことに困難に感じている方

開所日

月～土曜日(そのうち5日間が利用日)

訓練内容

高齢者デイサービスの昼食
作り、カフェのフロア作業、
銭湯の運営

利用時間

9時から16時(作業時間は相談して決定)

詳しくは
↓まで

お問い合わせ先

就労継続支援(B型)いつもの

997-7723 担当者 河野・田村



送迎サービスあり

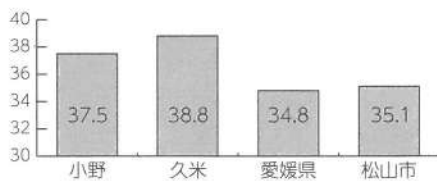
小野久米地区の健康について知ろう!

こんにちは!松山市地域包括支援センター小野・久米の保健師チームです。私たちは小野久米地区の健康増進を目指して活動しています。

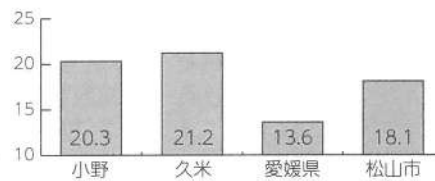
皆さん、国保データベースというのをご存知ですか?国民健康保険団体連合会に集められた統計情報を基に、地域の健康上の特徴がとてもよくわかるデータです。国保データベースから小野久米地区にどんな特徴があるのか分析してみました!

健診受診率が高い!!

65～74歳の方の健診受診率

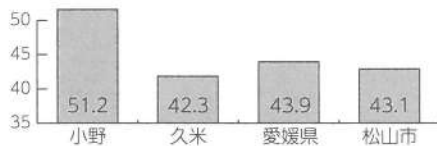


75歳以上の方の健診受診率



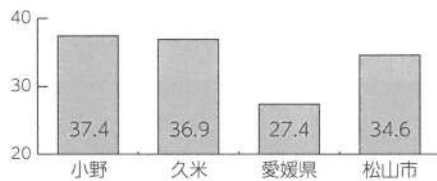
健康に関心が高いということでしょうか。すばらしいですね!小野久米地区には健診を受けられる病院も多いですし、年に1回は自分の身体のことをチェックしてみましょう!

心不全の人が多い!!



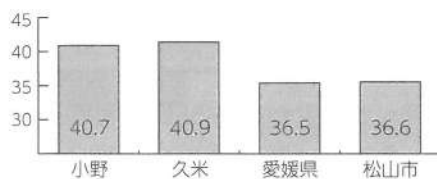
加齢とともに心臓のポンプ機能が低下したり、運動などで負荷がかかったときに負担が大きくなったりします。かかりつけの医師に相談しながら、治療や生活習慣の見直しなどしていきましょう!

歯周病の人が多い!!



歯周病予防は糖尿病や炎症疾患、認知症の予防にもつながると言われています。歯科での定期的な健診とあわせて、日頃のお口のケアを今一度見直してみましょう!

認知症の人が多い!!



今や誰もが認知症になる時代です。認知症になっても安心して過ごせる地域づくりを私たちは目指しています!

小野久米地区の特徴を国保データベースからお分かりいただけただけでしょうか?今後このデータをもとに、健康や介護予防についての支援教室などを開催していく予定ですので、ぜひご参加くださいね!

地域包括支援センター小野・久米 089-970-3761

\\ いいじゃん♪健康麻雀! //

とあるデイサービスで健康麻雀をしていると聞きつけて取材に行ってきました。

途中道に迷いテンパリ^①ながら到着したのは、水泥にある『ウェルケアみどろ』。優しいピンク色の外壁が周りの景色によく馴染んでいます。中に入ると利用者さんと大賑わい。そして奥に進むと、フロアの一部で男性4人が早速卓を囲んでいました。牌をジャラジャラと混ぜる音がなんと小気味好い。

一局を終えてから、メンツ^②のお一人に健康麻雀の感想をお伺いしました。「とにかく麻雀大好きで20歳から続けている。昔は家に友達を呼んで朝まで酒とたばこで不健康麻雀。いつも嫁さんに怒られよった。歳とるとやらなかったが、今ではここを通じて仲間ができ、話をしたりするのがとても楽しい。いつものメンツで毎日でも麻雀がしたい」と鷹子在住の浅野さん。91歳には見えない肌つやの頬をほころばせて語ってくれました。ここで、同行スタッフも飛び入り参戦。白熱した一局でしたが、なんとか勝利。なかなか手ごわかったそうです。

最後に、管理者の花田佑樹さんにインタビュー。「きっかけは、利用者さんの“麻雀がしたい”という声です。好きだけどなかなか家ではできない方のためにボランティアで場所だけ提供していたんです。でも、その場を地域に開放することで(麻雀をツールに)地域交流もできるんじゃないかと思い始めました。まだ準備段階ですが、今後はメンバーも曜日を増やしていきたい」とのこと。ちなみに、デイのフロアを広くするため只今増改築中。今後の展開が楽しみです。

賭けない、飲まない、吸わない健康麻雀。脳の活性化につながり認知症予防になると言われています。座ったまま出来るので車いすの方でも気兼ねなく参加可能。麻雀好きな方には連チャン^③で通える場所となりそうです。興味のある方はぜひ一度見学してみてもいかがでしょうか。



管理者
花田 佑樹 さん



麻雀用語の豆知識

- ①あと1牌が揃えばアガれる状態を「聴牌(テンパイ)」と呼びます。そこから転じて、余裕がなく切羽詰まった状態の時に「テンパー」という言葉が使われるようになりました。
- ②3個で一揃いとなる牌の組み合わせを「面子(メンツ)」と呼びます。これが転じて、麻雀を打つメンバーのことも「メンツ」と呼ばれるようになりました。
- ③親が上がるなどして、同じ親が続く事を「連荘(レンチャン)」といいます。これが転じて同じ物事が何回も続く事を「レンチャン」と呼ばれるようになりました。

麻雀は毎週木曜日

デイサービスセンターウェルケアみどろ

住所
水泥町132番地1

TEL. 905-9115



耳より情報

チョイソコ
おのくめ

コラボ企画!



NPO法人まるっとおのくめ & 松山学院高等学校



小野久米地区には皆さんのお出かけをサポートするチョイソコ小野久米(以下チョイソコ)が走っています。そのチョイソコを運営しているのがNPO法人まるっとおのくめ(以下まるっとおのくめ)。

まるっとおのくめではチョイソコを使って地域のつながりを深めようとイベントを開催しているそうです。今回はそのイベントの一つを取材しました。

地域の高齢者と高校生が出会い触れ合う企画として、まるっとおのくめと「マツガク」の愛称で親しまれている松山学院高等学校との構想から約1年……マツガクの学食でランチ会が開催されました。

当日はチョイソコカーでやってくる人、まるっとおのくめメンバーのおせっかい送迎でやってくる人など、20人ほどの高齢者が参加されていました。そして高齢者を優しくエスコートする生徒会の高校生と、部活動に勤しむ高校生も加わり、大勢でのランチタイム。それぞれがお好きなメニューの食券を購入し、賑やかにお食事をされました。

参加されたチョイソコ利用会員の方にお話を伺うと……「高校生の姿がまぶしい」と少女のように目を輝かせ、またある人は「こんなに優しい高校生がいるなら日本も捨てたもんじゃない」と感心されていました。

マツガクのメディア広報部長の花山さん曰く「普段、生徒たちは同世代としか話す機会がないので、地域の人たちとの交流はすごく刺激になったのでは」とのこと。

まるっとおのくめの理事高下さんは「運営する私たちと利用者、地域のみなさんがチョイソコに関わることで交流でき、互いを思いやる気持ちが生まれています」と嬉しそうに語ってくれました。

チョイソコやイベントなど
気になった方はぜひ
お問合せを!

楽しい時間はあっという間に過ぎ、チョイソコ利用会員さんは高校生に見送られながらチョイソコで帰って行かれました。

まるっとおのくめでは地域の学校や企業などと協力して、人と人が出会い交流できるイベントをこれからも開催していくそうです。



お問い合わせ先

NPO法人まるっとおのくめ 事務局
090-4087-0547

令和6年12月発行

取材・編集

ケアネットぷらす 情報発信部 OKもっと

柿坂 健介・余田 英樹・稲荷 衆一・仲村 竜哉・青木 正樹・荒田 真紀
阿部 靖・弓達 博子・住田 直也・芝 愛・新名 勝美・松山 絵理香

発行者

ケアネットぷらす 情報発信部 OKもっと

事務局

松山市地域包括支援センター小野・久米 松山市鷹子町740 (鷹子ふれあい館2階)
TEL 089-970-3761

印刷

明朗社