

江古田地域包括

ニュース



**介護予防・日常生活支援総合事業が
中野区でも4月から開始します。**

総合事業では、現在行われている要支援の方に対するサービスを、現行のもの、他、ボランティア、NPO法人など、地域の団体活動を支援し、介護予防や生活支援のニーズに応える多様なサービスを地域で展開していきます。

**サービス利用の手続きの
一部を簡素化します。**

要支援の方に対するサービスのうち、ホームヘルプサービスとデイサービスのみの利用する高齢者の方が、引き続きサービスの利用を希望する場合には、「**基本チェックリスト**（生活状況についての簡易な質問）」に回答する事で、要支援・要介護認定を

2017年3月1日
発行
第27号
発行責任者
西本 裕子

受けずにサービスを継続して利用できます。



**ホームヘルプサービスと
デイサービスが総合事業へ。**

要支援者の方に対するサービスのうち、ホームヘルプサービスとデイサービスを総合事業に移行します。また、中野区の独自の基準による訪問サービス（生活援助サービス）、通所サービス（活動援助サービス）を新たに実施します。

※要支援の方に対するサービスで、ホームヘルプサービスとデイサービス以外のサービス（福祉用具のレンタルやリハビリ、看護に関すること等）は、これまでどおりです。

くわしくは、担当の地域包括支援センターにお問い合わせください♥

平成29年3月まで

要介護1～5の方のサービス

これまでどおり変更はありません

要支援1・2の方のサービス

福祉用具貸与、訪問看護、
通所リハビリテーションなど

これまでどおり変更はありません

訪問介護（ホームヘルプサービス）
通所介護（デイサービス）

総合事業

- ・予防訪問・予防通所サービス
- ・生活援助・活動援助サービス
- ・住民主体サービス
- ・短期集中予防サービス

野の花がオーフン

今年1月19日にオープンした新しい「まちなかサロン」です。このサロンの代表者である徳永博美さんに、今後の活動等についてお聞きしてきました。

★ネーミングの由来は？

場所提供してくださるお仲間の自宅に、谷川俊太郎作の詩を見つけて、その一節からとったそうです。その詩を紹介します。

野の花

はなののはな はなのな なあに
なずな なのばな なもないのばな



★特色は？

野方5丁目・本町通り商店街の中にあります。お買物ついでに気軽に立ち寄れる場所です。生涯学習大学のお仲間8人で運営しています。アットホームな雰囲気の中で、一緒にお茶を飲んで語らしましょう。その他の内容に関しては、これから皆さんと一緒に作り上げていく予定です。

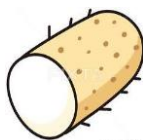
参加費は、100円（お茶・お菓子つき）です。開催時間は、毎月第1・第3木曜の午後1時30分から3時30分です。是非、一度お立ち寄り下さい！



ぶりと長芋の角煮

■材料

- ・ぶり2切れ
↓2センチ角に切り熱湯をかける
- ・長芋200グラム
↓皮をむき2センチ角に切る
- ・貝割れ1パック
- ・しょうゆ大さじ2
- ・酒大さじ3
- ・砂糖大さじ2分の1
- ・だし汁1カップ
- ・生姜のせん切り2分の1かけ分



■作り方

- ① 鍋に全ての調味料と生姜、長いもを入れて火にかけ、煮立ったらぶりを入れて落とし蓋をして弱火で20分から30分煮る。
- ② 水気が少なくなったら、強火にして汁気を飛ばすようにして煮詰める。皿に貝割れ大根を敷いて盛り、お好みで七味唐辛子を振って出来上がり。



地域のイベント・講座のお知らせ



◇出張相談のご案内

*包括職員が待機しています

★東山コーヒーサロン

毎月第4金曜日 10:30~11:30

★サロン・ド・つつじ

毎月第2月曜日 11:00~12:00

★まちなかサロン あさひの家

毎月第3土曜日 11:00~12:00

★ぬまコミ・サロン

毎月第4火曜日 11:30~12:30

◎沼袋高齢者会館（つつじ会館）

“骨密度を知ろう”

3月6日（月）14:00~16:00

*一階和室にて**骨密度**の測定が実施できません。2月21日より予約受付開始しています。

連絡先 3387-7381

◎まちなかサロン「あさひの家」

3月18日（土）11:00~14:00

“春の集い”開催します。

①

か
し●けん
み

A



B



②

脳
ト
レ
問題

① ●に同じ字が入ります。その字を答えて下さい。
② AとBのイラストの違いを5つ答えて下さい。

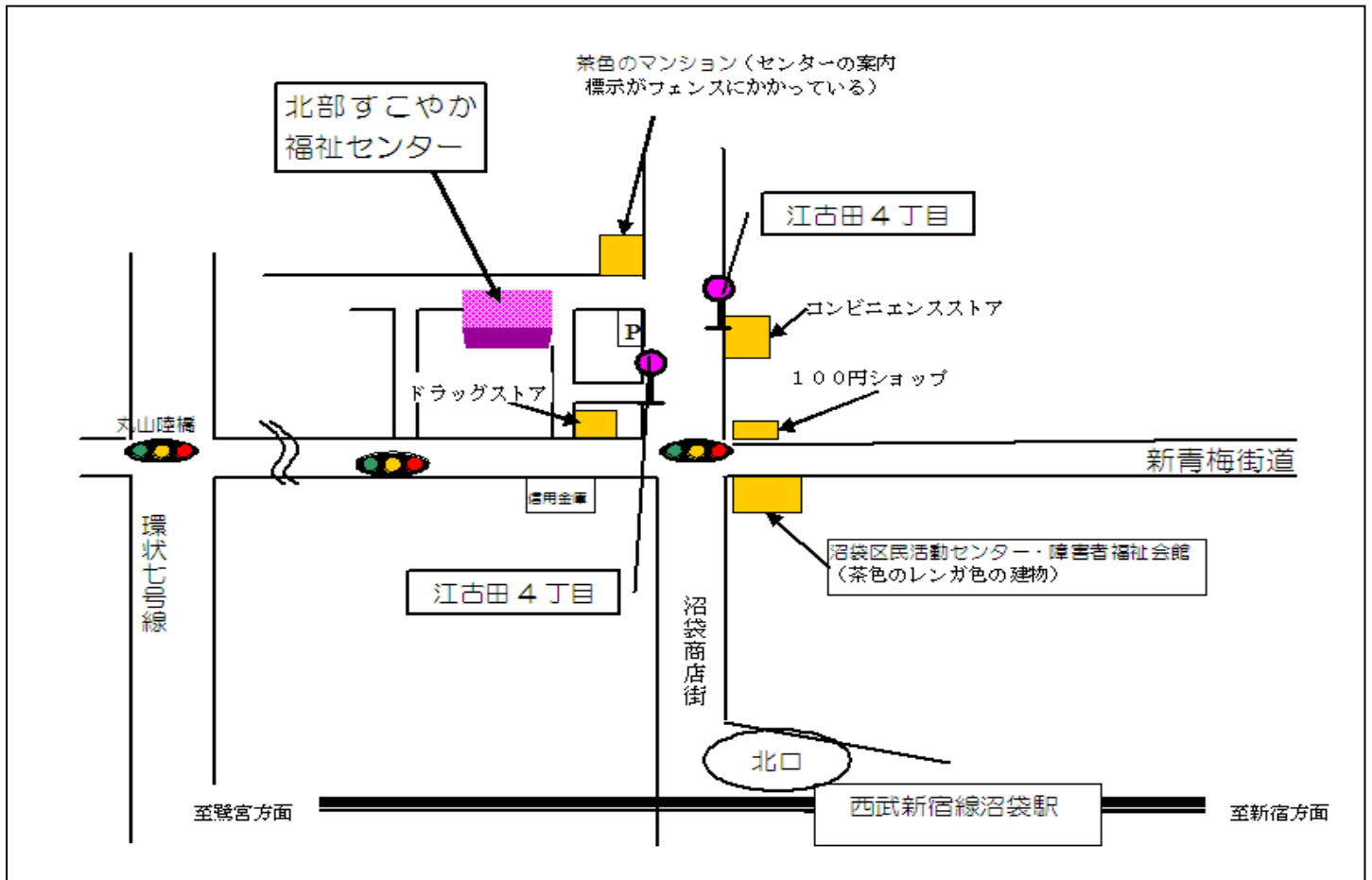
答えは裏面、編集後記の場所にあります

出展「脳トレ.com」

江古田地域包括支援センター案内図

(北部すこやか福祉センター内)

住所：中野区江古田4-31-10 電話 03-3387-5550
FAX 03-3387-5955



バス停、最寄駅 バス：京王バス（中92 練馬駅行）江古田四丁目下車 徒歩2分
電車：西武新宿線「沼袋駅」下車 北口より徒歩10分

江古田地域包括支援センターの担当区域（番地によって担当区域が異なるのでご注意ください）

江古田1丁目 40～43、	江古田2～4丁目 全域
沼袋1～4丁目 全域	丸山1丁目 全域 丸山2丁目 1～24
野方3～4丁目 全域	野方5丁目 1～3、4、5、7、10～34
野方6丁目 1～35、41～44、48～51	若宮1丁目 10～16、24～27



♪ 編集後記 ♪

立春を迎えてもなお寒さが続いて
おりますが、皆様如何お過ごしでし
うか？私は、今年の冬は信州・上越・
会津等色々なスキー場に出掛けて冬
を満喫しております。

大自然の中で身体を動かす事はと
ても気持ちが良いものです。アフター
スキーでは、その土地の天然温泉に入
り、美味しい食べ物を頂くのも楽し
みの一つであります。

二十年程前までは若者中心であつ
たスキー場も、今シニアの方を沢山お
見受けするようになりました。スキー
は自分のペースで行なえるので、生涯
スポーツとして選ぶ方も多いと聞か
れます。林間コースをゆっくり滑るのも
とても楽しいですよ。

「私を（もう一度）スキーに連れてつ
て」と介護予防にスキーは如何でし
うか？（横関）



「脳トレの答え」 ①「が」
②刀の柄・右肩・左袖口・髪・足

