

# 観音包括 かわら版

2020年11月発行

新しい生活様式が示され、お世話役の方々を中心に感染対策を講じ百歳体操やサロンの再開が進んでいます。その中で顔を合わせて互いの状況を確認し合えた喜びの声が聞こえています。気力も筋力も落とさないように、笑顔を交わせる機会が少しずつ増えていくといいですね。



## 観音認知症応援団

実施：2020年9月2日

新型コロナウイルス感染状況に考慮し、延期となっていた「観音認知症応援団」をようやく開催することができました。消毒や体温測定から始まり、西部認知症疾患センターの岡田眞理看護師より、認知症の当事者だけでなく、認知症介護者の心理について講義をしていただきました。世話人会の寸劇も披露し、グループワークに変わる方式で、参加者一人ひとりが、「もし私が認知症になったら…」「家族や大事な人が認知症になったら…」と自分自身に問いかけていただき、自分ごととして書き留めていただきました。

この観音認知症応援団の取り組みは4年目に入りました。観音圏域で働く医療・介護・福祉の専門職と観音圏域で暮らす皆さんで、認知症の人やそのご家族が、安心して地域で暮らすためには何ができるか、自分ごととしても考えていこうと回を積み重ねてきています。

今後も継続して、一緒に楽しく学んでいきたいと思っています。



## いきいき百歳体操

新型コロナウイルス感染症により、体操をお休みされていたところも、少しずつ再開されています。観音圏域では16ヶ所中、8ヶ所で再開しており、11月には南観音でも再開される予定です。

「百歳体操」は仲間と一緒に取り組むことが効果的ですが、体操会場へ行けない間はご自宅でも取り組んでみましょう。

期間限定

### おうちで取り組む百歳体操！

テレビで放送中



ケーブルテレビ ちゅぴCOM  
(地デジ11ch)  
毎日 7:30~8:00

インターネット  
配信



広島市公式チャンネル  
(Youtube)  
いつでも視聴可能

※感染の状況や体操会場の再開状況により、放送終了となります。

# いきいき活動ポイント事業

9月1日より、今年度の高齢者いきいき活動ポイント事業がスタートしています！  
 期間は2021年8月31日までとなっています。今年度から、対象年齢が **65歳以上** に拡大されました！ポイントを増やすことをきっかけとして、グラウンドゴルフや百歳体操などの健康づくり活動や健診の受診、様々なボランティア活動などにぜひ取り組んでいただければと思います。

## 【ポイント付与の対象者】

9月1日現在、広島市内に住所がある65歳以上の方（所得制限はありません。また、重度障害者福祉タクシー利用助成を受けていない方に限ります。）

【貯められるポイントの上限】 100ポイント（奨励金額 10,000円） まで。

※介護保険の要支援または要介護の認定をお持ちの方で、「要支援・要介護高齢者外出支援交通費助成（1枚で500円が補助されるタクシーチケット）」をご利用の方は、

◆要支援の方…75ポイント（奨励金額 7,500円）まで。

◆要介護の方…50ポイント（奨励金額 5,000円）まで。

※障害者公共交通機関利用助成をご利用の方は、40ポイント（奨励金額 4,000円）まで。

【もしポイント手帳を紛失してしまったら…？】

## 「ポイント手帳再交付願」を

広島市へ提出すれば、再交付されます。

【ポイント手帳再交付願の提出期限】

**2021年7月31日**

（活動期間終了日（8月31日）の1か月前）まで。

【再交付されたポイント手帳の送付について】

再交付願の住所欄に記載の住所宛に郵送（普通郵便）されます。また、送付までには広島市が再交付願を受け付けた日から、最大で1ヶ月かかります。

「手帳をなくしてしまったかな？」という場合はお早めに再交付願の提出を！

お問い合わせは…

広島市高齢者いきいき活動ポイント事業  
 コールセンター

TEL **(082) 512-0290**

自らの健康づくり・  
 介護予防に  
 取り組む活動



●グラウンドゴルフ等のスポーツ活動  
 ●囲碁・将棋等の文化活動  
 ●グループ活動によるウォーキングなど

押印は  
 1日1回まで

**1ポイント**

特定健康診査の  
 受診等



●特定健康診査  
 ●後期高齢者医療制度の健康診査  
 ●被爆者健康診断  
 ●被爆二世健康診断  
 ●節目年齢歯科健診  
 ●がん検診  
 ●骨粗しょう症検診  
 ●服薬情報のお知らせ

（限定）

医療機関・薬局で押印  
 1日に複数押印可

**2ポイント**

地域の支え手  
 となる活動  
 （ボランティア活動）

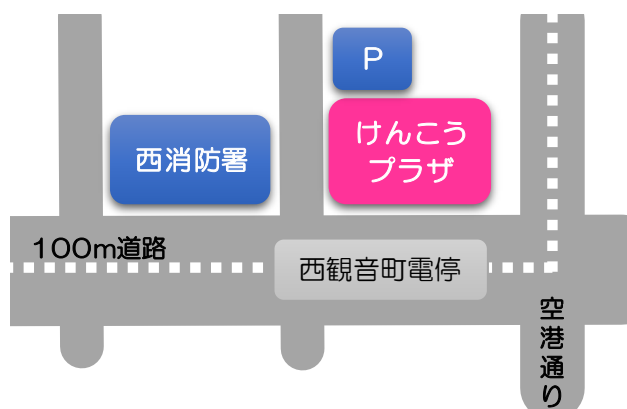


●児童の登下校の見守り活動  
 ●町内清掃活動  
 ●サロンの世話人としての活動（総合事業に含まれないもの）  
 ●老人クラブ会員としての友愛活動（総合事業に含まれないもの）

など

※ポイント付与の対象となる活動は上記以外にもあります。

## 広島市観音地域包括支援センター



広島市西区観音町16-19

生協けんこうプラザ3階

TEL **292-3582**

FAX **292-3172**

アクセス：西観音町電停前すぐ

営業時間：月～金 8時30分～17時15分

土 8時30分～12時30分

休業日：日・祝