

2025 年

10 月発刊

ほ っ と 通 信

発 行： 釧 路 市 中 部 北 地 域 包 括 支 援 セ ン タ ー

釧路市文苑 4 丁目 65 番 2 号ふみぞの東陽ビル TEL36-1233

第 187 号

釧路市公認「ご近所ボランティア講座」受講者募集のお知らせ

ご近所ボランティアは、地域の住民が主体となって実施している「おたっしゅサービス（介護予防の通いの場）」や釧路市内の高齢者施設などで活動しているボランティアです。自分のペースで無理なく行える活動ですので、一緒に楽しくボランティア活動をしてみませんか？

対象者：18 歳以上の釧路市民で全課程（下記開催日程の①～③）に参加できる方。
また、講座終了後、釧路市公認ボランティアとして活動していただける方。

定 員：25 名（定員になり次第、締め切らせていただきます）

締 切：10 月 28 日（火）

会 場：コアカがやき（愛国 191-5511）

① ボランティア講座	11 月 5 日(水) 13 時 00 分～16 時 00 分
② ボランティア体験	11 月 10 日(月)～11 月 21 日(金)のうち 1 日(※平日のみ) ※体験先によって会場・時間は異なります
③ 修了式・登録者連絡会	11 月 26 日(水) 13 時 00 分～14 時 00 分

～講座の内容～

ご近所ボランティアについて/ボランティア活動の基本/地域福祉活動について/
おたっしゅサービスについて/地域包括支援センターについて/高齢者の特徴について/
感染症予防について/コミュニケーション方法について

お申し込み・お問い合わせ

社会福法人 釧路市社会福祉協議会

ボランティアセンター釧路

TEL 0154-24-1648



QR コードからもお申し込みいただけます

第 10 回 釧路市認知症講習会の案内

ほんとけない!! 認知症～認知症を正しく知ろう～

日時：令和 7 年 10 月 18 日（土）13：00～15：00（開場 12：30）

会場：釧路市生涯学習センター【まなぼっと幣舞】多目的ホール（2 階）

講師：ほっかいどう希望大使（認知症本人大使） 松本 健太郎氏

砂川市立認知症疾患センター精神保健福祉士 大辻 誠司氏

内容：【1 部】認知症ってミステリー？僕のこれまでのヒストリー、セカンドヒストリーを語る認知ショー

【2 部】釧路市の認知症の取り組み

定員：150 名

問い合わせ：釧路市福祉部介護高齢課 23-5185

主催：釧路市、エーザイ、バイオジェン・ジャパン、
釧路市内 7 地域包括支援センター



認知症サポーター養成講座・スキルアップ講座(中部北地区)の報告

8 月 22 日（金）認知症サポーター養成講座【講師：新野美冴看護師】、26 日（火）スキルアップ講座【講師：北海道認知症介護指導者 尾形洋子氏】を実施致しました。今回の講座では 10 名の認知症サポーターが誕生しました。

釧路市の人口は約 15.2 万人（令和 7 年 3 月末）、65 歳以上人口は 5.5 千人で、釧路市の人口は 10 人中 3～4 人が高齢者です。認知症は、年齢を重ねる毎にかかりやすくなる病気なので、決して他人事ではないことを理解して下さい。これからは認知症について益々理解し、互いに支え合うことが大切になります。（認知症地域支援推進員：盛）



新野美冴 看護師



尾形洋子講師(北海道認知症介護指導者)

みんなで防ごう高齢者虐待

厚生労働省は、毎年度「高齢者虐待防止、高齢者の養護者に対する支援等に関する法律（高齢者虐待防止法）」に基づき、高齢者虐待対応状況等に関する調査を実施しています。R5 年度道内における調査結果が公表されました。

- 施設従事者等による高齢者虐待の虐待判断件数：52 件（全国 1,123 件）
- 養護者における高齢者虐待の虐待判断件数：373 件（全国 17,100 件）

養護者における虐待の類型（複数回答有）	虐待を受ける高齢者の性別
・身体的虐待 239 件（49.1%） ・心理的虐待 104 件（21.3%） ・経済的虐待 80 件（16.4%） ・介護等放棄 62 件（12.6%） ・性的虐待 2 件（0.4%）	・男性 94 人（24.8%） ・女性 284 人（75.1%）
	虐待者の続柄
	・息子 144 人（35.6%） ・配偶者 127 人（31.4%） ・娘 85 人（21.0%）

（北海道 HP:高齢者虐待の対応状況調査結果令和 5 年度）

H18 年より実施されている調査結果によると、虐待判断件数は R5 年度までに右肩上がり推移しており、高齢者虐待は増加の一途をたどっています。

高齢者虐待は、高齢者が要介護状態であるため一人で外出する機会が少ない、社会と接点が少ないため外部から発見しにくいという特徴があります。日本の高齢者介護は奥さんや長男のお嫁さんが担う家族介護が主流であり、家庭内で抱え込んで解決してきたという歴史がありますが、現在の介護はお互いの違いを尊重しつつ、社会で、地域全体で支えあいながら取り組むことを目指しています。

現代の高齢者虐待の背景には、高齢者の認知症が重度であったり、経済的な不安定さや主介護者の健康状態であったり、ダブルケア世帯であるなど複雑な事情をいくつも抱えている場合があります。家庭内だけで解決していくことは困難だと言われるようになりました。

介護疲れから家族を叩いてしまいそう、身近におびえている高齢者がいるなど、一人で抱え込まず市役所や包括支援センターまでご相談ください。

【市役所介護高齢課 31-4539】【中部北地域包括支援センター 36-1233】

（社会福祉士：伊藤）

巡回相談のお知らせ

中部北地域包括支援センターは、高齢者の方の多岐にわたる相談に対応させて頂いております。下記の日程で巡回相談を実施します。当日は主任介護支援専門員・社会福祉士・看護師が出向き相談に対応致します。血圧測定・足指力測定も実施しておりますので、お気軽にお立ち寄り下さい。

日時：令和 7 年 10 月 16 日（木）

10 時 00 分～11 時 30 分

場所：釧路信金美原支店（美原 4 丁目-1-7）



文苑福寿会(老人クラブ)にお招きいただきました

8月8日(金)11時より、文苑福寿会さんにて「孤立死」について話をさせて頂きました(11名参加)。

孤立死は内閣府の資料で「誰にも看取られることなく亡くなり、死後8日以上経過して発見されたことから、生前、社会的に孤立していたとみられる人」と位置づけられています。

2024年は全国では2万1850人で年齢別では65歳以上が7割を占め、男女別では男性が8割を占めていたそうです。釧路市内では昨年度、市役所に通報があった件数は14件でその内、2名の方が亡くなっていました。通報者の内訳は新聞店から6件、トドックから5件、ヤクルトから2件、病院から1件でした。



孤立死のリスクが高い高齢者の特徴として(みんなの介護より)

- ・独居であること→体調の変化に気づいてくれる人がいない。
- ・男性であること→孤立死の83.1%が男性。
- ・持病がある→突然の体調悪化のリスクがある。
- ・経済的に困窮している→必要な医療やサービスを受けられない。
- ・社会的に孤立していること→助けを求めにくい

孤立死を予防するためには周りの方が普段の状況を把握し、異変(カーテン・電気・新聞・何日も洗濯ものがほしてある等)に気づくことが必要です。また、住民同士のさりげない気遣い、遠慮なく助けを求める地域作りが必要と思います。

(社会福祉士：井口)



こんな時は地域包括支援センターへご相談下さい。

- 介護保険について知りたい、介護の保険の申請がしたい。
- 介護が大変で仕事が手につかない。
- 近所のおばあちゃんが、最近ふとんをたくさん買わされているようだ。
- 近所のおじいちゃんがよく迷子になっているようだ。
- この頃、おばあちゃんの物忘れが増えて困っている。



相談はすべて無料です！！

地域包括支援センターは釧路市から委託されている公的な相談機関です。市役所に代わって身近な所で相談できます



地域包括支援センターはあなたの街の相談所です。

〒085-0063

釧路市文苑4丁目65番2号(ふみその東陽ビル1階)

開設日/月曜～金曜(祝日・市の年末年始の休日を除く)

開設時間/午前9:00～午後5:00 ☎ 0154-36-1233