



# シルバー ささえ隊 通信

2021年2月号 Vol. 15

年末年始は記録的な大雪となり、交通渋滞等で大変だったのではないのでしょうか？体調管理だけではなく、大雪で数日間外出できなくても困らないように食料等を備蓄して備えておきましょう。

さて、毎年9月と2月は高齢者見守り強化月間です。地域の温かい見守り活動をお届けします。今回は、川崎地域にある高齢者向け配食サービス「まごころ弁当 長岡店」さんをご紹介します。

## ご活躍ご紹介コーナー

「シルバーささえ隊」

の皆様による地域の見守り活動！

高齢者向け配食サービス

まごころ弁当 長岡店



私たちは、手渡しでお弁当をお届けすることで、心のケアを大切にしています。

今回ご紹介するのは、川崎地域にある『まごころ弁当 長岡店』さんです。こちらは、高齢者向けのお弁当を配達している会社です。店長の角張さんと営業の佐藤さんにお話をお聞きしました。

「お弁当は、玄関先はもちろん、食卓テーブルやベッド脇など、ご希望の所までお持ちします。みなさん、おしゃべりするのを楽しみにしてくださり、『お茶飲んでいかないかね。』と声をかけていただくこともあります。私たちもお客様と共通の話題を作って、顔を覚えていただけるよう工夫しています。」と、配達の様子をお話してくださいました。

「容器はその日に引き取りに伺い、どのくらい召し上がられたか分かるので、適量のお弁当をご提案することもあります。食べ残しが気になる時には、ご家族やケアマネジャーさんに連絡しています。」と、お弁当の食べ具合からお客様の体調にも気配りされていることを伺いました。

また、「以前お客さんだった方のお宅近くを通ると、『どうされているかな？』と気にかけています。お元気な姿を見かけたり、他のお弁当が配達されていることが分かったりすると、正直ほっとします。」と、温かく見守りをされていることもお聞きしました。

お弁当の配達と共に見守りの気遣いをされている『まごころ弁当』さん。温かい心で、ささえ隊の活動『あいさつ』『助け合い』『見守り』をしています。

配達時に、服薬のお声かけ、電球の交換、郵便物をポストから取り込んでお渡しする、など、ちょっとしたお手伝いをするサービスをしています。お届けしたお弁当を電子レンジで温めてほしいという方が多いですね。



かくばり たけし  
店長 角張 豪 様

冬場は、凍結すると転倒が心配なので、「足元に注意してくださいね。」とお声がけしています。



さとう ちはる  
営業 佐藤 千春 様



# 地域包括支援センターってどんなところ？

地域包括支援センターは、長岡市が設置する、高齢者に関する公的な相談窓口です。保健・福祉の専門職が常駐しており、様々な相談をお受けします。相談は無料です。また、秘密は厳守します。



## 高齢者の総合相談

お困りごとや悩みをお聞きし、必要な制度や適切な支援機関を紹介します。

例えば、

- ・介護保険を利用したい、
- ・福祉サービスを紹介してほしい
- ・最近物忘れが気になる

## 権利擁護の相談

消費者被害の防止、高齢者虐待の防止・家族の支援、成年後見制度の紹介などを行います。

例えば、

- ・もしかしてオレオレ詐欺？
- ・高齢者が叩かれている、介護や世話をされていない

## 介護予防事業の紹介

体力や気力の低下が気になる方、健康を維持したい方へ、介護予防の取り組みを紹介しします。

例えば、

- ・体操教室や認知症予防の講座を紹介してほしい
- ・お茶飲み会でおしゃべりしたい

長岡市地域包括支援センター一覧（市外局番はすべて 0258 になります）

※新型コロナウイルス感染症拡大防止の観点から、お越しの際は事前に電話にてご連絡いただきますよう、ご理解とご協力をお願いいたします。

名称	住所	電話番号	担当地域
なかじま ・おもてまち	長岡市表町2-2-21(長岡社会福祉センター内)	30-1121	千手・阪之上の一部(JR線の西側)・表町・中島・神田・新町
けさじろ	長岡市今朝白2-8-18(高齢者センターけさじろ内)	37-5700	四郎丸・豊田・阪之上の一部(JR線の東側)・川崎
ふそき	長岡市新保町1399-3(高齢者センターふそき内)	25-3354	栖吉・富曾亀・山本・新組・黒条
みやうち ・やまこし	長岡市曲新町566-7(高齢者センターみやうち内)	39-0080	宮内・十日町・六日市・太田・山通・山古志
まきやま ・みしま	長岡市榎山町1592-1(高齢者センターまきやま内)	29-7005	下川西・上川西・福戸・王寺川・三島
にしながおか	長岡市三ツ郷屋字下川原383-1(ケアハウス西長岡内)	29-6621	大島・希望が丘・日越・関原・宮本・大積・深才・青葉台
なかのしま ・よいた	長岡市中野中甲1666-2(サンパルコなかのしま内)	61-2600	中之島・与板
こしじ ・おぐに	長岡市浦3060(特別養護老人ホームわらび園内)	41-3201	越路・小国
わしま ・てらどまり	長岡市小島谷3422-3(デイサービスセンターわしま内)	74-3808	和島・寺泊
とちお	長岡市栃尾泉419-2(特別養護老人ホームいずみ苑内)	53-2265	栃尾
かわぐち	長岡市西川口1168(高齢者生活支援ハウス川口ぬくもり荘内)	89-3974	川口