

シリーズ  
防災安全  
No.25

# 自助実践200万人運動DVDについて

岐阜県は、地震発生時の行動を学び、緊急時に備えてもらおうと自助実践 200 万人運動の一環として、地震対策の DVD「命を守る地震対策」を作成し、八百津町にも配布されました。

DVD では、地震発生メカニズムや、どのように地震に備えるべきか、住宅の耐震化や家具の転倒防止など日ごろからできる対策をわかりやすく紹介しています。時間は約 15 分です。

町では、この DVD を無料でお貸しします。

詳しくは役場 2 階 防災安全室 (☎ 43-2111 (内線 2232)) までお問い合わせください。

また、岐阜県の自助実践運動ホームページ (<http://www.jijyojissen.jp/>) でも DVD と同じ映像が公開されていますので、自主防災組織等の活動の参考にしてください。

みなさん自身の「自助」の意識向上で地域の防災力をより一層高めましょう。



～ みつけよう ぼくとわたしにできる自助 ～

シリーズ  
包括支援  
No.25



## こんにちは 八百津町 地域包括支援センターです



～ケアマネジャーって何をする人！？～

介護保険制度が 2000 年 4 月から開始されました。介護保険は介護が必要になった人が、安心して生活できるように、40 歳以上の方が支払う保険料と公費により、みんなで支えていこうという制度です。

しかし、介護保険制度の仕組みは複雑で介護が必要になったらすぐにサービスを受けられる訳ではありません。介護を要する方の状況やどんなことに困っているのか理解し、本当に必要なサービスを受けられるように、サービス計画書を作成する必要があります。



ケアマネジャーは介護支援専門員とも呼ばれ、サービス計画書の作成と必要なサービスを受けられるように、関連機関と連携し、調整する役割をもつ専門職です。

介護が必要な方にとって、相談のできる心強い味方ですので困った事があればまず、担当のケアマネジャーに相談してみてくださいね。

ケアマネジャーのいない方で、介護についてお困りの方は地域包括支援センターにご相談ください。

### < 12 月 お元気サロンの予定 >

- ・5日、19日(水) お元気サロン八百津  
午前9時30分～11時30分  
ところ:福祉センター(ファミリーセンター北側)
- ・12日(水) お元気サロン福地  
午前9時30分～11時30分  
ところ:福地第四公民館

### < 12 月 こころの相談の予定 >

- ・10日(月) 高齢者のための「こころの相談」  
(事前に予約が必要です) 午後から  
こころの専門家の精神保健福祉士が、個別に対応し秘密は厳守します。



平成24年も残すところあとひと月になりました。みなさんにとって今年はどうな1年だったでしょうか。1年をふり返り、やり残した事はないか、来年はどんなことに挑戦しようかを考えてみるのも良いですね。自分自身は、何事にも前向きに考え取り組める強い気持ちをもって過ごせることが目標です！！

小林 (保健師)