

こすもす

令和4年2月
【48号】



地域包括支援センター朝光苑 ☎048-450-0855

読者の窓
小物でケーキ/Hさん作



地域包括支援センターでは成年後見制度の利用に関する ご相談に応じています

例えば…



朝ごはん
食べたっけ…

遠方に住む一人暮らしの父が
認知症になり、お金や
不動産の管理が心配だ

認知機能が低下し、自宅での生活
が不安になったが、身寄りがな
く、施設入所の契約ができない



またゴミ出しの日を
間違えてしまった



こんなに牛乳を
買っているわ…

最近物忘れのある知人が
必要のない物を買ひ、
契約もしているようだ

成年後見制度は、判断能力や責任能力が低下した 本人の権利を守るための制度です！

成年後見人の
仕事とは！

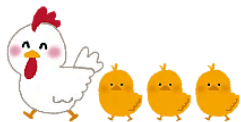
- ☺ 本人の預貯金や不動産の処分・管理をします。
- ☺ 本人に代わって契約をしたり、契約を取り消したりします。
- ☺ 介護保険施設入所や病院に入院する際の契約など、必要な手続きを行います。

後見制度は
2種類！

- 🌸 **任意後見制度**…判断能力が低下する前に、本人が後見人を選任し契約を結びます。将来に対するの備えです。契約は公正証書によって締結します。
- 🌸 **法定後見制度**…既に判断能力が低下された方に対し、裁判所への申請を経て成年後見人を選任します（自ら候補人を選ぶことが可能。候補人がいない場合は、裁判所により弁護士・司法書士・行政書士などの専門職から選任します）。



成年後見制度について、どのような方が利用できるのか、費用（申請費用・後見人の報酬）、成年後見人の業務内容、申請方法、利用のメリットデメリットなどをご説明します。お気軽に地域包括支援センターまでお問合せ下さい。



社会福祉士☆小南こみなみがご紹介!



は つ ら つ 散 歩

外に出よう!体を動かそう!

げんき体操 膝折団地

UR膝折団地で開催されている『げんき体操』を見学してきました。真冬の朝の冷たい空気に包まれた公園ですが、団地住民の皆さんは元気はつらつ!



げんき体操

毎月 第1・第2 日曜日
時間 / AM 9:00 ~ 9:30 まで

この「げんき体操」は、朝霞市社会福祉協議会、歳末援護金(歳末助け合い募金)交付事業の、ご協力を頂いております。

膝折団地自治会

準備体操をしてから、ラジオ体操・365歩のマーチ・きよしのズンドコ節と音楽に合わせて軽快に体操。出席スタンプが貯まると、お野菜がもらえるという嬉しいご褒美も。楽しみながら仲間との健康づくりで、ご長寿日本一の団地となることをめざしているとのことでした。

高齢者の相談窓口

皆さまからのご相談をQ & A形式でご紹介いたします。



後列左から杉山、高木、村尾、武笠、前列左から玉城、小南、薮塚、中村

Q 『フレイル』とは何ですか?

A 『フレイル』とは、いわゆる『虚弱の状態』を指します。

『フレイル』とは、いわゆる『虚弱の状態』を指します。

加齢などにより筋肉量や活動量が低下すると、食欲が湧かなくなります。低栄養状態となると、更なる筋力低下を招きます。外出がおっくうになり、人と会わなくなることで認知機能が低下するなど悪循環に陥ります。

フレイル状態を放置すると、要介護状態になると言われています。予防のためには適度な運動や食事、口腔ケアが大切です。

フレイル状態を放置すると、要介護状態になると言われています。予防のためには適度な運動や食事、口腔ケアが大切です。

♡ チェック

★朝光苑のホームページ www.choukouen.com/
(ホームページからのご相談もお受けしています)

★朝霞地区福祉会のInstagram www.instagram.com/asakachikufukushikai_official/

