みんな いきいき

5月 2026

Vol.28

＜発行＞
鶴ヶ島市地域包括支援センターいきいき
〒350-2217
鶴ヶ島市大字三ツ木 16-1
電話　**049－227－6171**
FAX　049－227－6172
＜公式ライン＞

鶴ヶ島市高齢化率　**29.8％**（令和８年4月１日現在）

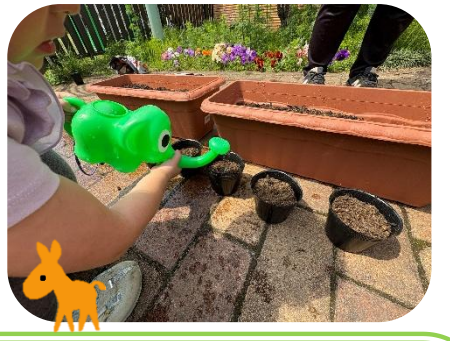
～笑顔つながるプロジェクト～

いきいき オレンジフラワー
『菜の花保育園のお友だち』が挑戦！

今年は、鶴ヶ島市太田ヶ谷にある『菜の花保育園』のお友だちに、マリーゴールドの種まきに挑戦していただきました！
未来を担うかわいい手で、どんなお花が咲くでしょうか。楽しみです。

暑かったけど
力を合わせて、
土を入れられたね。

みんなとっても上手に
種をまけました！
これから水やり
よろしくね♡



「ロバ隊長」
認知症サポーターマスコットキャラクター

＊いきいきオレンジフラワーとは？＊

『歳を重ね、たとえ認知症になっても、地域でいきいきと暮らし続けられますように』と皆で想いあえたら、誰もが笑顔で暮らせる地域になれるはず。そんな地域を目指して「～笑顔つながるプロジェクト～いきいきオレンジフラワー」を令和４年度にスタートしました。毎年初夏にマリーゴールドの花苗を配布して、認知症理解啓蒙活動を行っています。

ご活用ください

在宅医療電話相談室

在宅医療を受けながら、病気を抱えていてもご自分の住み慣れた地域で自分らしく療養生活をおくる方が増えています。坂戸鶴ヶ島医師会在宅医療相談室は、鶴ヶ島市にお住まいのみなさんが、「在宅医療を受けたい」となった際の相談窓口です。

「退院後の医療ケアについてが心配」「自宅で看取りを考えていますが…」「訪問してくれる医師はいますか？」など。ご本人やご家族はもちろん、医療や介護に従事するみなさまからの相談もお受けしています。

まずは、お電話ください。

坂戸鶴ヶ島医師会在宅医療相談室

049(288)1288

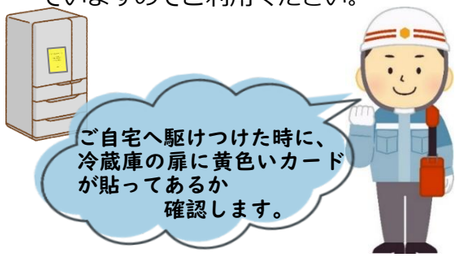
＜相談受付時間＞
月～金曜日（祝日・年末年始を除く）
午前９時００分　～　午後５時００分

「救急情報カード」

119 番通報を受けた救急隊員が、急病人宅に駆け付けた際に、急病人の情報を迅速かつ正確に把握するために利用するカードです。

自分の体調に不安を感じている方などは、予めカードの裏面に緊急連絡先やかかりつけ医療機関などを記入し、冷蔵庫の扉の表側に磁石やテープなどで貼っておくことをお勧めしています。

カードは、市役所や市民センター、地域包括支援センターで無料配布していますのでご利用ください。



紹介 病院

はんだ整形外科

鶴ヶ島市新町 2-21-12 TEL 049-**279-5687**

診療科目：整形外科・リハビリテーション科・リウマチ科

診療時間：8:30～12:30・14:45～19:00
(土曜日の午後は 13:30~17:00)

休 診 日：水曜日、日曜日、祝日

当院は、「わかりやすい説明」と「居心地の良い空間」で安心していただける医療を志して診療を行っています。

整形外科専門医が、丁寧で分かりやすい説明を行い、ひとりひとりに合った治療を提供します。

リハビリ施設も充実しているので、腰痛・膝痛・肩痛などでお困りの方は、お気軽にご相談ください。骨粗鬆症の治療にも注力しています。

これからもより皆様に満足していただけるよう、地域に密着した医療を目指し診療してまいります。

飯田　和章（はんだ　かずあき）　先生

ひとこと

整形外科や健康に関してお困り事があれば、お気軽にご相談ください。皆様のお役に立てれば幸いです。

～ 令和８年度 第１回園芸講座 ～

寄植え教室

高校生と一緒に♪

日にち	6月6日（土）
時 間	①午前 10 時～ ②午前 11 時～
場 所	松ヶ丘自治会集会所　前
対象者	70 歳以上 の 鶴ヶ島市民
定 員	各１５名ずつ（合計３０名）
参加費	850 円（花･土･鉢代含む）
協 力	筑波大学附属坂戸高等学校
申込み・問合せ	鶴ヶ島市地域包括支援センター いきいき 電 話　０４９-２２７-６１７１

令和８年度 家族介護教室事業

化粧療法

いきいき美容セミナー！

お化粧のプロから、簡単に続けられるスキンケアとメイク方法を学びます。お化粧は気持ちが明るくなり、健康寿命延伸の一助になるとも言われています。身だしなみを整え、心と身体が軽やかになれるようお手伝いいたします。

男性も大歓迎です！

6/30（火）

時間	10：00～11：30
会場	鶴ヶ島市役所　会議室
対象者	市内在住・在勤者で介護に関心のある方
定員	20 名（定員を超えた場合は 抽選） ※申し込み締切　６月２２日（月）
講師	資生堂ジャパン株式会社 埼玉オフィス　スタッフ
申込み	鶴ヶ島市地域包括支援センターいきいき 電話　０４９－２２７－６１７１

ステキなおうち時間

俳句＆川柳

今号（5月）のお題

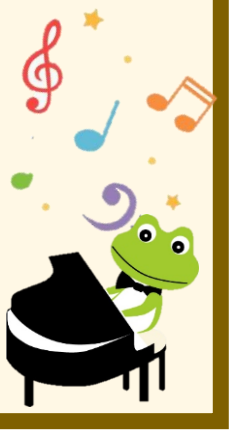
「かえる(蛙)」・フリー

孫デビュー 蛙の歌や 駅ピアノ
岩渕 英夫（鶴ヶ丘）

日の暮れて 蛙とびだす 畔の草
斉藤 和子（松ヶ丘）

やせ蛙 飛びつく柳 そよと吹く
岡村 信英（松ヶ丘）

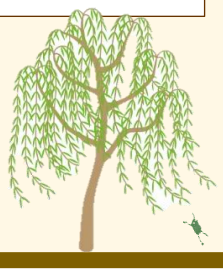
さわやかな 風にのせてか 樹々が燃え
足立 東洋（藤金）



みなさんの力作 大募集！

次号（8月号）のお題
「風鈴」・フリー

◆ 締め切り ◆
7月6日(月)まで



オレンジカフェ にこまる

地域の人が楽しく気軽におしゃべりできる場所です。どなたでも自由にご参加いただけます。

※ 認知症や介護に関する相談もできます。

サンシャイン

●日時 10時～11時
6月27日(土)
7月25日(土)
8月22日(土)

●場所 大橋市民センター
（鶴ヶ島市太田ヶ谷883番地）

いきいき松ヶ丘カフェ

●日時 10時～11時30分
6月10日(水)
7月 8日(水)
8月12日(水)

●場所 ローソン松ヶ丘三丁目店
（鶴ヶ島市松ヶ丘三丁目16－3）

事業所訪問 ケアマネさんのわっ！

ケアマネになったきっかけ

初めは介護職として介護現場で働いていました。その後、学びを深めたいという思いから病院勤めをしながら夜間大学に通学。大学卒業後は生活相談員になり、新たなデイサービスの立ち上げに携わる等介護現場で数年勤務しました。その中で、介護の実践現場だけでなくケアマネの視点で支援する事も学びたいと思い資格を取得しました。

ケアマネやってよかった！エピソード

以前担当していた方のご家族が古い名刺をずっと捨てずに持っていてくれて、別の家族や知人でケアマネが必要となった時に「ぜひお願いしたい。」と連絡をくださることが嬉しいです。やってきたことが評価してもらえたと感じます。

ひとこと

上手くいく支援とは、支援チームの連携が良くチームアプローチができているのだと思います。支援チームのスムーズな連携には、支援者間で信頼関係が築けている事がとても大事だと考えます。お互いに「あの人と一緒に仕事がしたい。」「あの人とならいい仕事ができる。」と言いあえる関係性ができたら最高ですね。そうあれるよう日々努力や感謝を忘れずにいたいです。

自分ができることは限られていますが、日々の仕事を通して選ばれる事業所、選ばれるケアマネでいたいものです。

ケアプラン好日の家
島村 聡 ケアマネジャー

すてきなケアマネさんを紹介してくれるかな？
島村さんからのご紹介！次回は･･･
居宅介護支援事業所 さつき
小川 ひろみケアマネジャーをご紹介します。

いいとも！