

# 丹波篠山市地域包括支援センターだより

Vol. 134 令和2年5月

## ☆情報掲示板☆

### 東部・西部地域包括支援センター職員紹介 ～よろしくお願ひします～

#### 東部地域包括支援センター

所長（主任介護支援専門員）	谷川由美子
主任（社会福祉士）	酒井 裕美
保健師	横井 裕美
看護師	宮城 佳弥
主任介護支援専門員	上村 有紀
社会福祉士	岩木太一朗



#### 西部地域包括支援センター

所長（社会福祉士）	近藤 良一
主任介護支援専門員	玉田 由香
保健師	荻野 優子
社会福祉士	岡部 寛
主任介護支援専門員	浜田 恵子
介護支援専門員	杵本 美香
介護支援専門員	西澤 千春

#### ae 社会福祉法人 丹波篠山市社会福祉協議会

丹波篠山市東部地域包括支援センター（担当地区：多紀・城東・篠山）

〒669-2545 丹波篠山市小田中220番地2（保健センター内）

TEL 558-0324 FAX 558-0568

丹波篠山市西部地域包括支援センター（担当地区：西紀・丹南・今田）

〒669-2205 丹波篠山市網掛301番地（丹南健康福祉センター内）

TEL 594-3776 FAX 590-1557



## こんな相談がありました



- Q. 一人暮らしの高齢者がいらっしゃいます。少し日常生活に不便があるようですが。介護保険の申請までは必要ないようです。誰かに手伝ってもらうことはできますか。」との問い合わせがありました。
- A. 市からの受託事業として、「見守り支援サポーター事業（高齢者が在宅で自立した日常生活を送れるように支援サポーターを派遣し、掃除、片付け、買物、配膳、電球の取替えや話し相手等の支援を行います。）」【会員登録制】を紹介させていただきました。

### お問い合わせ・お申し込み先

丹波篠山市社会福祉協議会  
見守り支援サポートセンター  
(網掛 301 番地 丹南健康福祉センター内)  
電話：590-1112

## 地域包括支援センターの日々の活動をPR

### ～地域包括支援センターインフォメーション～

新型コロナウイルス感染症は、県内でも多数の感染者が出ており、症状は、発熱、のどの痛み、1週間前後長引く咳、強いだるさ（倦怠感）を訴える方が多いことが特徴です。高齢者や心疾患など基礎疾患のある方は、重症化しやすい可能性があります。

私たち職員も皆で取り組んでいます。うつらない、うつさないために手洗い、うがい、咳エチケット（マスクの着用など）が大切です。また、感染がおりやすい状況（換気の悪い密閉空間・人が密集した場所・近距離の会話）を避ける工夫が必要です。

不要不急の外出は控えることが推奨されていますが、ずっと家に閉じこもり、1日中テレビを見て横になっているような生活では、体や頭の働きの低下につながってしまいます。外出が減った分、家で立ったり歩いたりする時間を増やし、家族や周りの人と距離をとりながらの会話を増やしたり鼻歌を歌うなどして、心身の健康を保つことが大切です。こんな時だからこそ、しっかり食べて、睡眠を十分にとり、不安に負けずこの時期を乗り越えましょうと呼びかけています。

## ☆お知らせBox☆

	と き	と ころ	内 容	問 い 合 わ せ 先
こころの相談日	5月22日(金) 6月19日(金) 13:30～(時間は要相談)	丹波篠山市民センター	高齢者の相談 (主に認知症など) ※要予約	丹波篠山市役所 長寿福祉課 高齢支援係 TEL552-5346
かやのみカフェ	5月は中止 (奇数月第4日曜日) 10:00～	日置ふるさとステーション (中信城東支店向かい)	認知症介護で悩んでいる人や認知症に関心がある人が気軽に立ち寄れるスペース	丹波篠山市役所 長寿福祉課 高齢支援係 TEL552-5346 東部地域包括支援センター TEL558-0324 西部地域包括支援センター TEL594-3776
ホッと・ひといき カ フ ェ	5月は中止 6月8日(月) (第2月曜日) 13:30～	城下まち会館		
たきたきカフェ	5月は中止	篠山東ティサービスセンター		
りんごカフェ	5月は中止 6月10日(水) (第2水曜日) 14:00～	喫茶店「林檎の樹」 (岡野小学校前)		
カフェやすらぎ	5月は中止 6月11日(木) (第2木曜日) 13:30～	古市サービスステーション (西井クリニックの横)		
高齢者・障がい者 権利擁護専門相談会	5月12日(火) 5月26日(火) (第2・4火曜日) 13:30～	丹南健康福祉センター内 ボランティア活動センター	高齢者・障がい者の生活上のお困りごとに関する相談 ※要予約	権利擁護サポートセンター 丹南健康福祉センター TEL594-2022

※各認知症カフェについて、新型コロナウイルスの状況に応じて開催の有無や時間短縮を判断することもあります。