

# 丹波篠山市地域包括支援センターだより

Vol. 138 令和2年9月

## ☆情報掲示板☆

### 通所介護（デイサービス）

通所介護（デイサービス）は、要介護認定のある方が自宅での生活を続けていくために、身体機能の維持・向上を目指して機能訓練を受けたり、他者との交流を通して社会的孤立感の解消や、認知症予防を図るために施設に通って受けるサービスのことです。

デイサービス事業所の車の送迎で通い、健康チェック、食事、入浴、排泄など日常生活上の支援を受け、レクリエーションなどを楽しむこともできます。

機能訓練やリハビリに特化した事業所もあり利用時間も様々です。

また、要支援等の認定のある方は、介護予防・生活支援サービス事業として通所型サービスがあり、既存のサービス事業者による機能訓練や集いの場など生活機能向上のための支援を受けることができます。



#### 【お知らせ】

東部地域包括支援センターは10月12日より城東公民館に移転いたします。  
電話番号など詳細が決まりましたらホームページ等でお知らせします。

#### 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. 高齢者二人暮らしで子どもたちは遠くに離れて暮らしている。災害時の支援が得られるのかと心配している。どうしたら良いだろうか。

A. 「ささやま見守り台帳」に登録する方法を紹介しました。

登録できる人は①～④の方です。

- ① 身体障がい手帳 1・2 級所持者
- ② 療育手帳 A 判定・精神障がい者保険福祉手帳 1 級所持者
- ③ 要介護認定 3・4・5 認定者
- ④ その他支援を必要と認める方（入所者除く）

皆様のご近所にも、災害時に自力で避難することが困難な方がおられたら登録を勧めてください。

また、日頃から声かけ・見守りなどの交流もお願いします。

この台帳に関する問い合わせ・相談窓口は丹波篠山市保健福祉部長寿福祉課です。

## 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～

#### 熱中症と新型コロナウイルス感染症について

- ① 症状が非常によく似ています。  
発熱などの症状が出たとき、どう見分けたらよいですか？  
「発熱」「倦怠感」「頭痛」「意識がもうろうとする」という症状は両方にみられる症状で、「咳が出る」「味覚・嗅覚障がい」はコロナの特徴的な症状といえます。しかし症状だけで区別するのは難しいです。
- ② 迷った場合は、まずは水分補給など熱中症を疑った対応をすることが大事です。症状が出てからすぐに重症化しやすいのは熱中症です。コロナは1～2週間かけて悪化するのが典型的です。自己判断せず、迷った場合はかかりつけ医か病院に電話で相談しましょう。
- ③ 屋内でもこまめに換気を行いながら、熱中症にならないようエアコンの温度と調節し、屋外で人との距離が保たれている場合はマスクを外し、水分をこまめに摂取することが大事です。

## ☆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	9月18日(金) 10月16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	9月27日(日) (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                    エ	9月14日(月) 10月13日(火) (第2月曜日) 13:30～	城下まち会館		
たきたきカフェ	9月6日(日) 10月4日(日) (第1日曜日)	篠山東テイサービスセンター		
りんごカフェ	9月9日(水) 10月14日(水) (第2水曜日) 13:30～	西紀老人福祉センター 生活相談室		
カフェやすらぎ	9月10日(木) 10月8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	9月8日(火) 9月29日(火) (第2・5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		

※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。