

# 丹波篠山市地域包括支援センターだより

Vol. 148 令和3年7月

## ☆情報掲示板☆

### 新型コロナウイルス対策 ～「集いの場」編～

新型コロナウイルス感染症の影響が長期化するなかで、家に閉じこもりがちなる方もおられるのではないのでしょうか？

地域包括支援センターには、閉じこもりが長期化することで身体機能の低下による相談が増えてきています。

感染予防に気をつけつつ、以下の点に留意しながら健康維持を心がけましょう。

#### 【「集いの場」での注意するポイント】

- 毎朝の体温測定、健康チェック
- 発熱や風邪症状があるときは無理をしない
- 十分な換気をする
- こまめに水分を摂り、熱中症に気を付ける



#### 【感染防止の3つの基本】

- ① 身体的距離の確保
  - 人の間隔は、できるだけ2m（最低1m）空ける
  - 会話をする際は、可能な限り真正面を避ける
- ② マスクの着用
  - 屋内にいるときや会話をするときは、症状がなくてもマスクを着用
  - 咳エチケット
- ③ 手洗い
  - 家に帰ったら、まず手や顔を洗う
  - 手洗いは30秒程度かけて水と石けんで丁寧に洗う

#### 【マスクの効果】

マスクはウイルスそのものの侵入を防ぐことはできませんが、飛沫に含まれたウイルスをある程度防ぐことができます。しかし、過信は禁物です。

感染者が、ウイルスを含んだ飛沫を周囲に拡散させないためには有効です。

ウイルスのついた手で目、鼻、口を触ることで感染が起こるため、手洗い、消毒が大切です。むやみに目、鼻、口を手で触らないようにしましょう。

### 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：篠山・城東・多紀）

〒669-2441 丹波篠山市日置385番地1（城東公民館内）

TEL 556-2340 FAX 556-2351

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. ケアマネジャーから、認知症の進行があっても車の運転を続けている人がいる。交通事故を起こしたこともあり危険なため運転をやめたほうがよいと思うが、家族の協力を得るのが難しい。免許返納に向けてどのように働きかけたらよいだろうかと相談がありました。

A. 関わりのあった部署と話し合いをして、情報を共有したうえで、今後の支援について意見を出し合いました。ケアマネジャーが主治医に連絡をとったり、警察に相談して本人と一っしょに返納のメリット、更新の手続きに関して話を聞きに警察署へ行ったりしました。問題解決は難しいですが、本人のプライドを傷つけないこと、否定せず気持ちに寄り添う支援を心がけながらチームでの支援を続けています。返納後のご本人の生活を考慮しながら一緒に考えていきます。



## 今月の耳寄り情報

令和2年度、市保健福祉部健康課が郵送による後期高齢者を対象にした「丹波篠山市いきいきシルバー健診」を実施し、民生委員・児童委員の方々のご協力もあり86.3%の回答がありました。

運動、栄養、口腔、閉じこもり、認知機能、うつ等の判定結果によりハイリスク該当者へは、生活状況の確認を市または地域包括支援センターが訪問をし、介護予防教室等のご案内をしています。

訪問してご本人やご家族のお話を伺うことで、健診の紙面だけでは読み取れなかった色々な情報を得て、その方にとってより身近な情報提供をさせていただきます。

ご自身、ご家族の認知面の低下が気になり「話を聞きたかった、介護保険利用についてどこかに相談に行きたかった。」と言われる方や、介護保険の申請につながったケースもあります。

また、お一人暮らしの高齢者の方は、コロナ禍における閉じこもりから、「久しぶりに人に出会って、話げできた」と訪問当初より表情が明るくなられた方もおられました。

## ★今月の認知症カフェだより★

	と き	と ころ	内 容	問い合わせ先
ホッと・ひといき カ                   フ                   ェ	7月12日(月) 8月9日(月) (第2月曜日) 13:30~	城下まち会館	 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 TEL556-2340  西部地域包括支援センター TEL594-3776
たきたきカフェ	7月21日(水) 8月18日(水) (第3水曜日) 10:00~	旧保健センター (東雲診療所隣)		
りんごカフェ	7月14日(水) 8月11日(水) (第2水曜日) 14:00~	西紀老人福祉センター		
カフェやすらぎ	7月8日(木) 8月12日(木) (第2木曜日) 13:30~	やすらぎ古市館		
かやのみカフェ	7月25日(日) (奇数月第4日曜日) 10:00~	中立舎		
ささやまみらい カ                   フ                   ェ	開催日未定 (第1月曜日) 14:00~	兵庫医科大学ささやま医療センター ささやまみらい談話室		

※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。