

佐倉市

# 南部地域包括

# 支援センターたより

VOL.10

・令和2年4月発行

【発行元】

佐倉市南部地域包括  
支援センター

TEL:043-483-5520

こんにちは！南部地域包括支援センターです。  
新型コロナウイルスが猛威をふるっております。  
手洗い・咳エチケットなど、出来ることから  
自分の身を守る努力を続けていきましょう。



## とすとらん塾

2020年 2月7日・14日・21日



2月に南部地域福祉センターで、地域で活躍されている**健康運動指導士**や訪問看護ステーションの**理学療法士**の方を講師としてお呼びし、**とすとらん塾(介護予防教室)**を開催しました。

総勢33名の方が参加され、健康のポイントや簡単に出来る体操などを一緒に学びました。今年度もいろいろな内容で教室を開催する予定です。市の広報やチラシでも随時お知らせしていきますので、**ご興味のある方はお問合せください。**

※4月現在、とすとらん塾の開催は未定となっています。参加希望の方は、ご連絡ください。

## 総合相談センター研修会

2020年 2月1日



2月に**総合相談センター**《南部地域包括支援センター、障害者生活支援センターアシスト》で「**成年後見制度**」の研修会を開催しました。

**弁護士**の**吉野智先生**をお呼びし、成年後見制度の利用促進についてのお話や、具体的な事例に基づきながら分かりやすく説明していただきました。

研修にご参加いただいた方からも様々な質問が聞かれました。今後も皆様に興味を持っていただけるような内容で、様々な研修を企画していきたいと思っております。

## ★新しい職員が入りました★

昨年12月より理学療法士の並木、今年1月より社会福祉士の吉野が新しく職員として入りました。

包括の職員は、総勢9人で心機一転頑張っていきますので、どうぞよろしくお願いいたします。

主任ケアマネ：高梨子(管理者)・義岡

社会福祉士：藤山・吉野・加瀬

看護師：高橋

理学療法士：並木

生活支援コーディネーター：森

## 今月のニュース



新型コロナウイルスに感染しないために……

### 新型コロナウイルス感染症とは

- ウイルス性の風邪の一種。  
【症状】：発熱やのどの痛み、咳が長引く(1週間前後)、強いだるさなど
- 飛沫感染(くしゃみ、咳などで放出されたウイルスを口や鼻から吸い込んで感染する)や接触感染(ウイルスがついた手で口や鼻を触り粘膜から感染する)により感染するとされている。

### 日常生活で気をつけること

- 「正しい手洗い」が一番の基本！  
外出先からの帰宅時や調理の前後、食事前などこまめに石けんやアルコール消毒液などで手を洗いましょう。
- 「咳エチケット」が大切！  
咳やくしゃみ等の症状がある人は、マスクを正しく着用するほか、ティッシュやハンカチ、袖などで口・鼻を覆い、他の人にうつさないようにします。

地域で暮らす高齢者や家族の皆様の相談窓口です。

佐倉市南部地域包括支援センター

住所：佐倉市大篠塚1587 南部地域福祉センターB棟

電話：043-483-5520