

南毛利地域包括 だより



2020年9月発行 No.32
発行；南毛利地域包括支援センター
厚木市温水西2-27-38
カーネーションパーク1階
電話番号 046-250-1108
ファックス 046-250-1105
メール hokatsu@tomei.or.jp

こんな心配ごと、ありませんか？ 地域包括支援センターへご相談ください

例えば…

介護保険を利用したい

認知症の相談はどこに？



健康のことが心配

消費者被害かも？



地域包括支援センターは厚木市の委託を受けた相談窓口です。
電話、来所だけでなく、ご自宅へ伺うこともできます。
相談に費用はかかりません。相談の秘密は守ります。

電話：046-250-1108

営業時間：月～金曜 8:30～17:15

土曜 8:30～12:00

担当地区：愛名・毛利台・長谷・

温水・温水西・恩名・戸室



Pi



熱中症予防について



手を洗おう

新型コロナウイルスの出現に伴い、身体的距離の確保、マスクの着用、
手洗いや手指消毒、密を避ける等『新しい生活様式』が求められています。

まだまだ暑い日が続くと思われます。『新しい生活様式』における熱中症予防行動を取りながら、
引き続き熱中症にお気をつけください。

《経口補水液の作り方》



水 500ml

+



砂糖 20g
(大さじ2杯強)

+



塩 1.5g
(小さじ1/3弱)

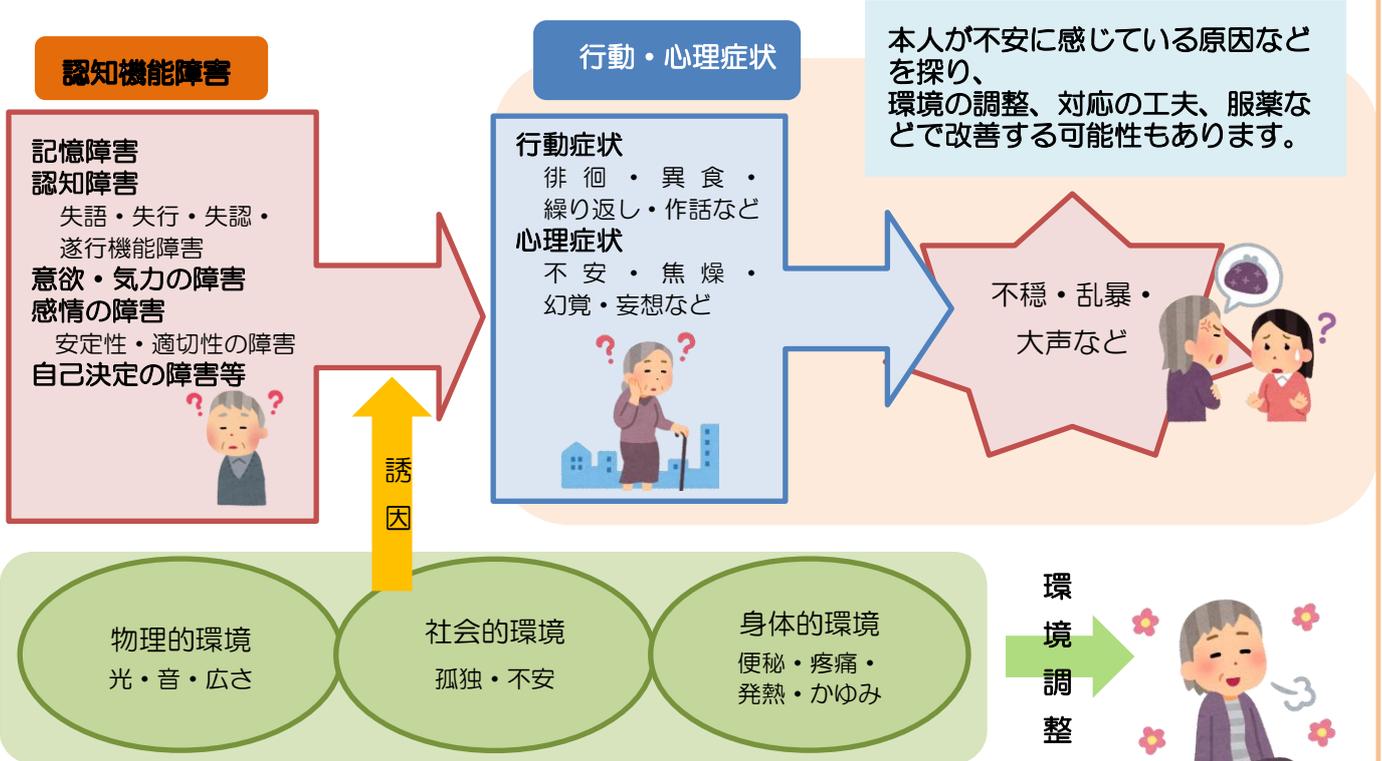


☆お好みで、レモン汁を入れると飲みやすいです！！☆

【参考文献：環境省ホームページ 平成29年度熱中症対策シンポジウム配布資料より】

認知症には「**行動・心理症状**」と呼ばれる、

性格、環境、人間関係等の要因により精神症状や行動に支障が出る症状があります。



認知症かな、と思ったら、かかりつけ医に相談しましょう。
地域包括支援センターへもご相談いただけます。

ACP (アドバンスト・ケア・プランニング) ってなんだろう？



もしものときのために、望む医療やケアについて、前もって考え、繰り返し話し合い、共有する取組みを「人生会議 (ACP)」と呼びます。

8月21日(金)南毛利公民館集会室にて、講師に厚木市福祉総務課地域包括ケア推進担当 郡司 千和美氏をお招きし、教室を開催しました。

郡司さんからは「改まって話し合いをするのではなく、日頃テレビなどでそのような場面があったときに、少しずつ話をしていくことも良いですよ」とのお話もありました。参加者からは「普段思っていたも避けていたことなので、参加してよかった」などの声がありました。皆様それぞれに、ご自身のこと、身近な人のことを考えながら、真剣に耳を傾けておられました。

新入職員紹介

主任介護専門員
(主任ケアマネジャー)

市野 敏也



9月から配属となりました。地域のみなさんから、気軽にお声を掛けて頂けるよう努めていきます。また、地域の土台となっていけるよう、まだまだ足りないところがたくさんある自分ではありますが、精一杯させていただきます。