

高陽西支部 だより



支部長 土井 靖子 845-8078
健康まちづくりセンター(栗栖) 879-8124

紅葉の美しい季節です。みなさん、お元気ですか。コロナが収まったら、この秋は何処かに出かけたいと思っている方もおられるでしょう。長い間私達を苦しめたコロナも急に感染者が減少してきました。まだまだ安心はできませんが、明るい気持ちになります。

高陽西支部も健康チェックや班活動を徐々に始めます。自粛生活の中で体験したいろいろな話を聞かせてください。早く皆さんにお会いしたいです。

介護の困りごと
ありませんか？

わたしの健康法 No.2

そら 一緒に長生きを

「そら」は、広島県動物愛護センターより譲渡されたミックス犬で9月15日に山根家の家族となりました。2か月半です。

「そら」が来たことで、のんびりした家族の雰囲気ピリッとしたものになりました。オシッコやウンチは決まった場所ですしているか？今、どこで何をしているか？大切なものを噛んで遊んでいないか？など気にかかります。「そら」を気にかける中、家族の会話はもちろん、地域の方との会話も増えました。私も「そら」を決まった時間に散歩に連れていく為に規則正しい生活になりメリハリができました。

「そら」一緒に長生きしようね！
(山根)



10月から健康まちづくりセンターに ケアマネジャー配属！



皆さんはじめまして！

10月より健康まちづくりセンターに配属になりました今岡といいます。9月までは西原にあるふれあい協同でケアマネジャーをしておりました。現在、地域の支部会議や様々な活動に参加して、顔と名前を覚えていただけるように動いております。

みなさんの中で、介護に関するさまざまな困りごとはないでしょうか？例えば介護保険のサービスのことから、「こんな時は誰に相談したら分からないんだけど、困っているんよね…」と言ったことまで、どんな些細なことでも構いません。ご相談を聞いたうえで、アドバイスだったり、各専門職につないだりといった相談された方との「橋渡し」的な役割を行います。

何かありましたら、まずは健康まちづくりセンターまでご連絡頂ければと思います。

蒼空班 班会再開

❀ みんなに会えうれし ❀

