

前原地域包括支援センター新聞

☎047-403-3201

介護・福祉・医療
総合相談窓口
【前原・中野木】



#自宅待機の備え 編

長引くコロナ禍、不安を抱えてお過ごしではないでしょうか？
もしもの時、慌てない為にも事前に出来ることはないか、考えてみませんか。

1. 相談できる医療機関→まずはかかりつけ医への相談



相談に
困った場合

船橋市新型コロナウイルス感染症相談センター
☎047-409-3127

2. 備蓄→①食料 ②衛生用品 ③ビニール袋（ゴミ袋）等 防災の備蓄リストを参考にローリングストックを。

3. 常用・常備薬の確認→残薬に余裕があるうちに受診を。



4. 記録→外出した日、時間、接触者、普段の熱を記録する。



5. 家族と過ごす→触りやすい部分はどこか一度確認を。 症状がある家族とどうスペースを分けるか考えておく。

船橋市新型コロナウイルスワクチン接種・相談

特設コールセンターが開設されました。

☎ 050-5526-1142

対応時間 8:00から17:00(平日・土日祝日を含む)



以前の新聞で、「包括支援センターの元気アップ体操」を紹介しました。
おうち時間が増えている今、時間のある際にはぜひご活用下さい。

地域包括支援センターの
元気アップ体操 Vol. 2

今回は、頭の体操(脳トレ)を紹介します！



オレンジページ

認知症介護の ワンポイントコーナー

毎年、小学生向けに「認知症サポーター養成講座」を行っています。先日は中野木小学校の6年生を対象に、オンラインで講座を開催しました。お子さんやお孫さんから話を聞かれた方もいらっしゃるかと思います。この講座では、認知症という病気の理解や声かけのポイントなどをお伝えしています。

声かけのポイント

- 目の高さを合わせて
- やさしい声で
- ゆっくりと短く
- 大勢でなく一人で
- 「ありがとう」「大丈夫」
何気ない声掛けを

オレンジリングは

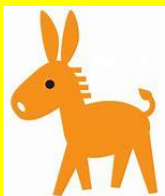


サポーターの証

共感・安心・尊重の
気持ちを…

認知症の方は何もわからないわけではありません。わからないことや出来ない事が増え、不安を抱えています。もし自分だったら、どんな対応をしてもらいたいか考えてみてください。

認知症サポーター養成講座



5人以上の参加があれば、出前講座を行っています。コロナ禍につきオンラインでの対応もご相談させていただきますので、ご興味のある方はご連絡ください。

センター外の掲示板では、皆にやさしい地域づくりに向け、情報発信や認知症の方の作品を展示しています。



認知症になっても、昔からの趣味や活動は、いつまでも覚えているものです。発表の場があるとやる気が起きませんか？地域の方で展示してみたいという方がいらっしゃいましたら、ぜひ、ご連絡ください。

