

# 2020年度 春号

## 地域包括支援センター保見の里



介護・福祉の相談は 48-3004 (直通)

陽ざしの暖かさに春の訪れを感じます。  
今、新型コロナウイルスの感染拡大で、様々な会合が中止になっています。自分と自分の身近な人の健康を第一に、賢く元気に過ごしていきましょう。

さて、年度が替わって包括支援センターでも人事異動がありました。今年度も、家族介護者交流会、ほみっこカフェ、認知症サポーター養成講座、予防教室等の開催を予定しておりますので、よろしくお願いいたします。

4月から社会福祉士として配属になりました。趣味は、ライブ参戦、全国飛び回っています。明るく元気に頑張ります。よろしくお願いいたします。

管理者  
社会福祉士  
水口 真希



### 地域包括支援センター保見の里 職員紹介



管理者 社会福祉士  
水口 真希

保健師  
野々山 笑理子

社会福祉士  
内田 明美

主任介護支援専門員  
坂本 武久

地域包括支援センターは、高齢者の皆様、ご家族の方、地域の方々の介護・福祉などの相談窓口です。

お気軽にご相談ください。

### 活動紹介①

#### 家族介護者交流会



2月20日に保見交流館にて家族介護者交流会を行いました。今回は、配食・宅配サービスの事業者に食事、栄養についてのお話を頂き、実際に試食を行いました。

参加して頂いた方からは「食事の味がすごく美味しかったです。味に対して期待していなかったの、かなりの驚きです。」「いろいろな業者のお弁当を試食させて頂き、参考になりました。」等の意見がありました。

# 集いの場所 紹介

## コミカフェ てのひら

会場：保見交流館1Fロビー  
 開催日：第1木曜日  
 （4月・5月は中止。  
 11月はふれあい祭りの  
 為休み）  
 時間：13:30～15:30  
 参加費：コーヒー(お菓子付き) 100円



### 活動内容

偶数月は保見カフェぽかぽかとほっと茶論ひろみ、奇数月はお寺カフェと緑苑カフェひだまりで運営しています。おいしいコーヒーを飲みながら、楽しいひとときを過ごしましょう。

## おしゃべりタイム

会場：県営保見自治区集会所内  
 憩いの部屋  
 開催日：第3水曜日  
 時間：13:30～15:00  
 参加費：無料  
 参加者：けやき会に入会  
 している人



### 活動内容

おしゃべりが中心です。  
 お茶やお菓子をおともに、楽しく過ごしています。

(冬号の掲載内容に誤りがありましたので、再度掲載させていただきます。)



## 活動紹介②



### 地域の教室

体操や脳トレ権利擁護の啓発を行いました。



広幡町



保見ヶ丘六区



JAミニテイ



保見町

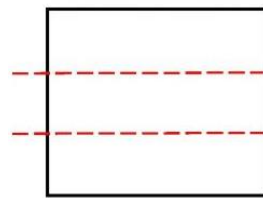


篠原町

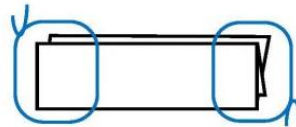


### お役立ち 情報

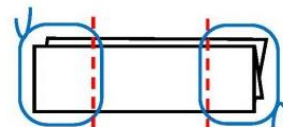
### 縫わずにできる 簡易マスクの作り方



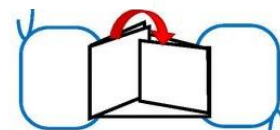
①ハンカチやガーゼなどを三つ折りにする



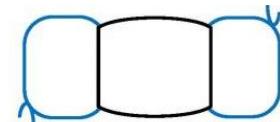
②ゴムを置く



③三つ折りにする



④折りこむ



⑤ひっくりかえすと出来上がり

完成!