

包 括 だ よ り

湯野・東湯野の皆さん、こんにちは
福島市飯坂東地域包括支援センターです

024-542-8411

木枯らしの季節となりました。
最近ニュースで高齢者を狙った点検強盗
や訪問強盗が取り上げられていますが、
悪質な訪問販売や、詐欺が多くあります
ので生活や介護の悩み、介護保険申請
代行等いつでも相談してください。



さいとう てるや
齋藤 哲弥
主任介護支援専
門員



すずき えみこ
鈴木 恵美子
認知症地域
支援推進員



ながさわ しんご
長澤 伸哉
保健師



あかま ありさ
岡崎 有紗
社会福祉士



あかま ちか
赤間 周
社会福祉士
地域支え合い推進員

認知症について その1

認知症は、誰でもなる可能性があり、家族だけでケアするのは難しい
と思われます。これからは、地域全体で見守り、支える時代です。

「認知症地域支援推進員」の鈴木です!!



安心して、自分らしく暮らし続けることができる、
湯野・東湯野をめざしていきましょう!!



「包括だより」で、認知症の予防や、
支援のポイントを伝えるしていきます。

正しい手洗いで感染症予防

感染症予防の最重要ポイントは手洗いです

正しい方法で手洗いをして、感染症を予防しましょう

正しい手の洗い方

手洗いの前に

- ・爪は短く切っておきましょう
- ・時計や指輪は外しておきましょう



流水でよく手をぬらした後、石けんをつけ、手のひらをよくこすります。



手の甲をのぼすようにこすります。



指先・爪の間を念入りにこすります。



指の間を洗います。



親指と手のひらをねじり洗いします。



手首も忘れずに洗います。

石けんで洗い終わったら、十分に水で流し、清潔なタオルやペーパータオルでよく拭き取って乾かします。