

# 西ほうかつ だより



## 第3回ケアマネ交流会を開催しました

2月17日に、西ほうかつが担当するエリアに在籍するケアマネジャーの交流会を開催いたしました。

参加者21名で事例検討会を行いました。利用者様が住み慣れた地域で安心した生活ができるよう、どのような支援が望ましいか等の意見交換を行いました。

意見を出し合い、検討することで、日々の支援内容や方法、技術等について深めることができました。



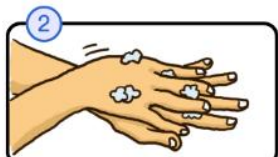
## 手洗い・咳エチケットで感染症予防を！

山梨でも新型コロナの感染者が発見されました。新型コロナだけではなく、風邪やインフルエンザなどの一般的な感染症予防のためにも、手洗いやマスクの着用、「咳エチケット」を徹底しましょう。

### 手洗い方法



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。



手の甲をのば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ます。



手首も忘れずに洗います。

### 3つの咳エチケット

電車や職場、学校など人が集まるところでやろう



マスクを着用する  
(口・鼻を覆う)

ティッシュ・ハンカチで  
口・鼻を覆う

袖で口・鼻を覆う

### 正しいマスクの着用



鼻と口の両方を  
確実に覆う

ゴムひもを  
耳にかける

隙間がないよう  
鼻まで覆う

# 池田地区 いきいきサロン (クレオメ会)

1月15日(水)に、池田地区のいきいきサロンに参加しました。

包括の説明、介護予防についての話、肩こり解消体操、脳トレ体操を行いました。

参加された皆様、お元気で明るく、熱心に話を聞いてくださいました。体操にも取り組んでいただき、楽しいひと時を過ごしていただきました。



## 甲府市西地域包括支援センター

～西ほうかつ～

○対象エリア...池田・石田・貢川・新田地区(五十音順)

■利用料金...無料

○主任介護支援専門員・社会福祉士・保健師等で、

対象エリアにお住まいの高齢者に関するご相談をお受け致します。

<職員紹介>



看護師  
兼田



社会福祉士  
吉田



主任介護支援専門員  
滝花



社会福祉士  
田中

3月より入職いたしました、社会福祉士の樋貝です。  
皆様のお役に立てるよう、精一杯頑張ります。  
よろしくお願いいたします。



※5名の職員で対応しております。お気軽にご相談ください。  
甲府市上石田1-8-20 ☎055-220-7677