



☆感染症に負けない「本日の8 ミッション」～在宅時の健康生活応援チェック表～

コロナ禍で家にこもりがち、心身機能が落ちてくる可能性が高くなりますね。運動だけでなく、栄養やストレス解消、社会交流なども大切になっています。大田区にて、家でできる行動目標を8つ挙げ、その各項目が毎日チェックできる表を裏面にしてチラシ作成しました。

(例えば「膝伸ばし」「タンパク質摂れたか」「日付の確認」と難しくない内容) 当包括支援センターに「8 ミッション」チラシ4種類(右図)がございます。  
～ご興味ある方はお気軽にご連絡くださいませ～



《職員紹介》



大類信裕管理者

〈主任介護支援専門員〉

担当地域：南千束3丁目、石川町2丁目

千束地域で19年目となり、日々たくさんの方との繋がりを感じています。「焦らず・慌てず」落ち着いた対応を心がけています。野球やサッカー観戦、ミュージカル観劇が好きです。図書館とカラオケなら24時間過ごせますw

担当地域：北千束3丁目、南千束1・2丁目、見守りささえあいコーディネーター

気付けば在職13年を超えて、それに伴い歳も重ねてきました。がコロナ禍でも環境が許す限り、運動をしていつでもパツと動ける状態維持に努めております。街の催しなど人手が足りない等ございましたらお声かけください。駆けつけます！



吉岡健二〈社会福祉士〉



蔵本由美子〈看護師〉

担当地域：北千束1丁目

[はまっている事]能鑑賞(耳から目から心からパワーチャージ!)美味しいコーヒー  
熊本で生まれ、高校まで生活、看護学校入学時に上京しました。熊本城を見ながら育ったせいか、お城好きな私です。よろしくお願いします。

担当地域：上池台1丁目、石川町1・2丁目、南千束3丁目

現在包括職員3年生。趣味はコーヒー屋さん巡り。夫も子供も大田区に通勤通学。母も大田区出身。初めての勤務地は羽田空港...と、大田区には何かとご縁があるようです！



鈴木幸恵〈介護支援専門員〉



芳田悦子：〈看護師〉

担当地域：フリー

非常勤職員として「月・水・金」と出勤しております。

みなさまに寄り添い、耳を傾け、少しでもお役に立ちたいと思っております。

趣味は音楽全般。今は中学時代の仲間とバンドを組みエレキギターに熱中しております

担当地域：北千束2丁目

今年4月より入職致しました。折しもコロナ禍で地域の事を知る機会が多くは作れず今に至っております。訪問で未だに道に迷う事もありますが、それも地域を知る機会と考え、いろいろな道を通るようにしています。よろしくお願い致します。



猪又陽子(社会福祉士)

編集後記 ～ホッとひと息コラム～

4月に新しい職員を迎え6名体制となりました。コロナ禍でありますので、この広報誌を地域の皆様へのご挨拶としてもお届けできればと思います。右図の見守りキーホルダー登録・更新も当センターで出来ます！ 編集 Y

