



☆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～

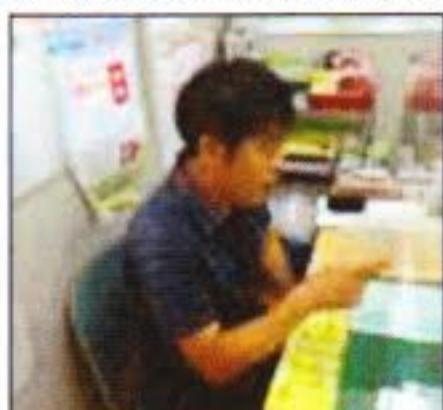
コロナ禍で家にこもりがち、心身機能が落ちてくる可能性が高くなっています。運動だけでなく、栄養やストレス解消、社会交流なども大切になっています。

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～



大類信裕管理者

〈主任介護支援専門員〉

《職員紹介》

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



吉岡健二(社会福祉士)



藏本由美子(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つたせいか、お城好きな私です。よろしくお願いします。



鈴木幸恵(介護支援専門員)

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！



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



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て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

