

南部だより

〒292-0815

木更津市大久保 761-2 波岡の家内

TEL: 0438-37-4811

FAX: 0438-36-1594

<http://ikumikai.org/>



若葉の鮮やかな季節、地域の皆様におかれましては、いかがお過ごしでしょうか。この度は、新型コロナウイルスによるクラスター発生において、多大なるご迷惑とご心配をおかけして申し訳ございませんでした。今後も、訪問時における感染対策に努めてまいります。

昨年からの長い自粛生活に、そろそろ体も心も限界にきていることと思います。マスク生活に慣れたとはいえ、やはり顔の半分が隠れていると表情が読み取りにくく、どこか距離を感じるのは私だけでしょうか。一日も早く、マスクから解放されて、笑いあえる日が来て欲しいものです。

さて、今年度は介護報酬改定の年でもあり、木更津市においても、第8期介護保険事業計画が策定されました。

「地域でともに支えあい、安心して健やかにいきいきと暮らせるまち」

～地域包括ケアシステムの深化・推進～

をスローガンに様々な施策を進めて行きます。

南部包括としても、動画配信やリーフレットを用いた地域包括支援センターの周知・介護予防・認知症ケアの啓発、また、地域ケア会議によるネットワークづくり・地域づくりをより一層進めて行きます。開いてよかった!と思われる身近な相談窓口として頑張ります。

センター長 東間奈美

令和2年度
下半期

活動報告



11月7日 波岡東地区域ケア会議 - 11月27日 畑沢健康カレッジ - 12月23日 認サポ八幡台小学校

1月12日 おやじ専科ロコモチェック



出張相談のお知らせ

介護・健康のことや、電話で
言えない心配ごと等・・・
月1回各公民館にてお伺い
しております。
見守りキーホルダーの登録
手続きも受付中。

日程など詳しくは HP にて！

街の困ったお助け隊

住民同士の助け合い活動（※有償ボランティア）
を行っている団体があることをご存じですか？
高齢者も役割を持ち活躍することで健康維持・
介護予防に繋がります。お手伝いを頼みたい方は
もちろん、したい方もぜひ連絡下さい！

※有償ボランティアとは…？
奉仕活動ではありますが、責任
をもって長く続けられるように少
額の「謝礼金」を頂きます。
無償と違って余計な
気遣いなく頼めるこ
とがメリットです。



畑沢 HELP

地域に親しい人が沢山い
る。そんな安心をみんな
が持てる社会を目指し
て、お互いの出来ること
を生かした助け合いの仕
組みです。

代表 中台真治
080-9709-0137



波岡 WAVE

顔見知りの人間関係の
再構築、繋がり支え合
うことで地域住民の生
活の質向上を目指して
います。

代表 堀切辰也
090-9102-3147



新型コロナワクチンは、どうやって受けるの？

接種は無料！

Q1：接種場所は？

A：身近な『**かかりつけ医**』による個別摂取 + 集団接種の併行
総合福祉会館（5月中旬～見込み）

注！ まず『**かかりつけ医**』に相談しましょう

注！ 次の方は木更津以外の市でも受けられます（君津・富津・袖ヶ浦）

- ① 医療機関や施設に入院・入所中の方
- ② 基礎疾患で医療機関に通院中の方



詐欺
注意！

Q2：必ず受けるの？

A：強制ではありません。効果とリスクを理解したうえで、自らの意思で決定を

注！ 持病がある方は、事前にかかりつけ医に相談しておきましょう

Q3：何回受けるの？

A：現在承認されているファイザー社のワクチンは、
通常1回目の接種→3週間後に2回目の接種。

参考：1回の接種では抗体がつくられる率 50% なので2回しましょう



Q4：手続きは？

A：高齢者（令和3年度中に65才以上に達する方）へ**接種券**が届きます

《 **接種券、お知らせ（2枚）、説明書、予診票（2枚）** 》

注！ 事前予約が必要です

- ① 個別接種は病院へ直接予約
- ② 木更津市コロナワクチン接種コールセンター
電話：0570-036-567（ナビダイヤル）
9時～17時（土日祝日も可）

- ③ 木更津市予約システム「らづワクチン」からWeb 予約（4月15日現在開発中）

失くさ
ないでね



Q5：接種当日の持ち物は？

A：□ **接種券**（接種済証付）※シールは剥がさない

□ 予診票

□ **保険証** ※救急対応の際は必要になるため

□ 肩を出しやすい服装

□ マスク着用

接種券と保険証を忘れると
受けられない場合もあります

Q6：副作用が心配な時は？

A：千葉県新型コロナワクチン副反応等専門相談窓口

電話：03-6412-9326 24時間対応（土日祝日も可）



Q7：接種によって健康被害（病気や障害）が生じた場合は？

A：予防接種法に基づく救済（医療費・障害年金等）制度あり。

問い合わせ先：コロナワクチン庁内相談窓口（直通）電話 0438-38-4876

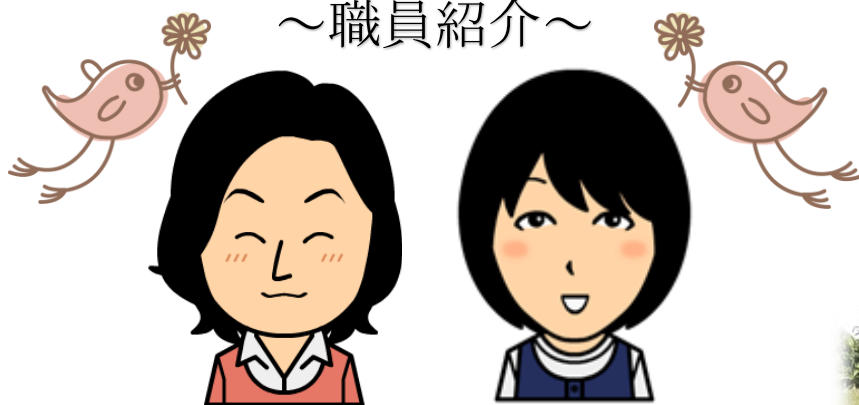


～職員紹介～

プランナーとは・・・



包括の専門職員とは別に、自立支援として介護保険や市の介護予防事業のサービスを利用する際に必要な手続きのお手伝いや相談を専門に行う方です。



プランナー(介護支援専門員)

大和 亮子

孫とのビデオ通話を楽しみにしている大和です。

困っていることの改善を一緒に考えていきましょう。

プランナー(看護師)

小山 貞美

波岡の家で以前ケアマネのお仕事もさせていただきました。今までの経験を活かして皆様のお役に立てるよう頑張りたいと思います。

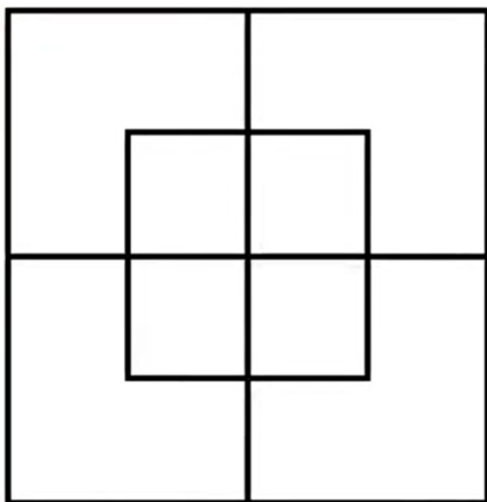


よろしくお願いします!

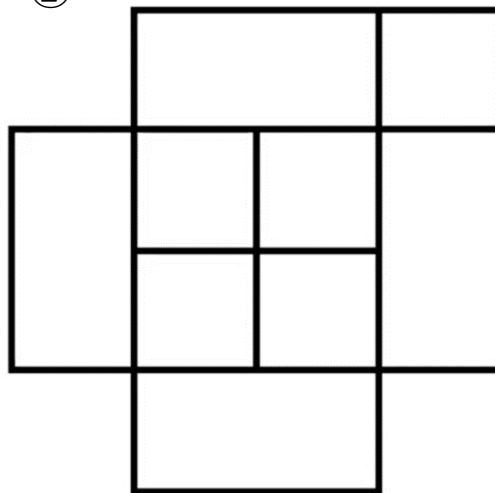
脳トレに挑戦!

それぞれの図に正方形はいくつあるでしょう?

①



②



答え合わせは包括職員まで～♪

きさらづしななぶちいきほうかつしえんせんたー
木更津市南部地域包括支援センター

〒292-0815

千葉県木更津市大久保 761 番 2

電話: **0438-37-4811**

ホームページ

<http://ikumikai.org/>

過去の記事や日々の活動記録も掲載中!



【編集後記】

2歳になった子どもが「行くの!」「食べるの!」と語尾に「の」をつけるクセがあるようで、それがたまらなく可愛いと感じる今日この頃です。さて、広報向けのイベントもめっきり減って少し寂しい内容になっておりますが、最後まで読んでいただきありがとうございました!また細々ではありますが、ホームページも定期的に更新しておりますので、そちらも是非見てほしいの! (平野)