

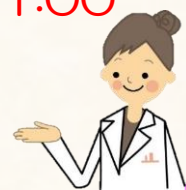
## 介護家族健康相談

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、当面の間は参加者同士による「交流会」は行いません。保健師との個別相談のみとし、感染防止策を徹底した上で開催します。予約制となりますのでご希望の方は下記の電話番号にてお申し込みください。当日、体調がよくない場合は参加をお控えください。また玄関にて検温や健康確認等を行わせていただき、体温が37.5度以上の場合等のご利用ができませんので予めご了承ください。皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。

### 【開催日程】

令和3年 4月 6日(火)  
5月 11日(火)  
6月 1日(火)  
7月 6日(火)

[時間] 9:30~11:00



## コラム “つながり” の大切さ～私たちはひとりではない～

約1年前、私たちは「感染症」という同じ悩み、同じ恐怖、同じ痛みによって引き裂かれました。“ソーシャルディスタンス”や“リモート”“新しい生活様式”…など、聞きなれない言葉も月日とともに少しずつ受け入れて生活に馴染むようになってきました。

地域包括支援センターの仕事は様々ありますが、孤立している方がいれば地域でのつながりを作るお手伝いします。人との関わりが心身への刺激となり、みんなで笑い合ったりすることが老化や認知症を予防し健康維持につながります。今、時代は逆の方向に進み、私たちも毎日毎日どのように業務を進めていけば良いのか悩みながらの日々です。

毎月第3金曜日に開催している『ふれあいデイ』。ずっと休止となっていていますが、登録者の方には毎月お電話をしています。「今月も開催できなくて…お変わりはないですか?…暖かくなってきたので散歩もしやすくなりましたよね…またみんなで会いたいですね…いつでも心配事あれば連絡くださいね…」などなど。元気に応対してくださる方を通じて、逆に元気をもらいます。そして、改めて人と人とのつながりの大切さを感じています。

“ふうつに暮らせるしあわせ”の頭文字を取り“福祉”と言われた方がいます。今はみんなが向かい風の中の様な状態ですが、鳥も飛行機もある程度は向かい風がないと飛べないそうです。向かい風はいつかきっと「おーいい風!(追い風)」となる。そんな未来の光を信じて、みんなでつながって、生活していきたいと考える今日この頃です。

尚、『ふれあいデイ』は4月・5月と屋外での開催を予定しています(^^)

## 編集後記

コロナの騒動により気持ちが沈んでいますが今年も桜の花びらがひらひら舞い降りて、桜がとても綺麗でしたね。いつの間にか葉桜の季節になります。花より団子と言いますが今年は例年と違い花をしっかりと楽しみました。今年も変わらず玉川・森の里地域包括支援センターで、業務に取り組んでまいります。今後もよろしくお願いいたします。(鈴木)

## 厚木市玉川・森の里地域包括支援センター

住所：厚木市小野2240-1

電話：250-9091 FAX：247-1266