



# 荻野地域包括支援センターだより

2025  
夏号



住所：厚木市鳶尾2丁目25-10  
(旧荻野公民館)  
電話：046-241-5780

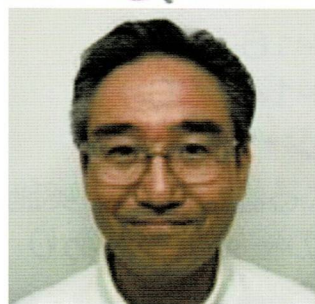
開所時間：平日 8:30 ~ 17:15  
土曜 8:30 ~ 12:00  
(日・祝・年末年始休み)

## 地域包括支援センターでは

「いつまでも住み慣れた地域で」  
「元気で」  
「より快適に」  
「安心して」  
生活できるよう、地域の方の  
身近な相談窓口です。

市区町村や介護、医療、福祉などの関係機関と協力して、地域のみなさんの健康・生活・財産・権利などを守る為に置かれている機関でどなたでも利用できます。  
地域のみなさんからのさまざまな相談や悩みを聞いたり、安心できる地域、暮らしやすい地域をつくります。

## 新しい職員の紹介



いわもと よしかず  
岩本 悦一

4月1日付けで入職しました。一般企業を今年定年退職し、第二の人生を地域福祉のために使おうとこの職を選びました。一人でも多くの方を笑顔にをモットーに頑張ります。



いぐち たかこ  
井口 孝子

6月1日付けで入職しました。地域の皆様のお力になれるように笑顔で頑張っていきたいと思えます。よろしくお願ひします。

暑い夏がやってきます、熱中症にご注意！



「救急車を呼んだ方がいいのか」  
「今すぐ病院に行った方がいいのか」  
など迷った際は、

かながわ救急相談センター  
(#7119) へ。

# これからの時期、食中毒にご用心！

これからの季節、食品が傷むのがどんどん早くなります。食品が腐っていれば、「見た目」や「におい」などから食べたら危ないと分かりますが、食中毒を起こす細菌の中には、「見た目」や「におい」では分からないものも多いので注意が必要です。細菌による食中毒は、原因となる細菌が食べ物に付着し、体内へ侵入することによって発生します。

## ～食中毒予防三原則～

- ◎ **つけない**
  - ・手洗い
  - ・器具を洗浄、消毒
- ◎ **増やさない**
  - ・適切な温度での保管
  - ・調理後は速やかに食べる
- ◎ **やっつける**
  - ・加熱殺菌



## 体操サークル

日頃の運動不足解消、転倒しない身体づくりのために参加してみませんか？専任インストラクターが丁寧に指導してくれます。座りながら行う簡単な体操やストレッチ、脳トレ運動が中心でご自宅で実践される方も多数いらっしゃいます。好評です！

第2・第4 木曜日  
13:30～15:00  
荻野地域包括支援センター内  
参加料：1回500円



7、8、9月 第3 土曜日は  
ポッチャ大会、  
8/27 水曜日は夏祭り開催。

## おぎNOW.

地域の方、認知症が気になる方、障害のある方、どなたでも参加できる居場所です。趣味や折り紙に没頭する方、参加者同士でオセロや将棋をされる方、グループを作りポッチャで対戦される方、会話が盛り上がる方、色んな方が参加されています。

毎週 水曜日 13:00～16:00  
第3 土曜日 10:00～14:00  
荻野地域包括支援センター内  
第3 水曜日は保健師による健康相談も実施。  
第1・3 水曜日はお菓子の移動販売もあります。



## 介護家族健康相談会

介護について、ひとりで悩み、不安を抱えていませんか？そんな方のために、保健師への相談や、他の参加者との悩みや情報を共有する場所です。

【開催日】  
7/16 毎回 水曜日  
9/17 13:00～15:00  
11/19 荻野地域包括支援センター内  
R8/3/18