



南部包括だより

2024年
春号

大規模災害発災時に利用者等の安否確認を行います！

南部包括支援センターの業務継続計画(自然災害編)では、大規模災害発災時に非常時優先業務として利用者や災害時要配慮者等(以下「利用者等」)の安否確認を行うこととしています。

そこで、令和6年2月17日(土)に震度5強の地震発生を想定した災害対応訓練及び感染症予防・まん延防止訓練を行いました。

当日は、①防災備品使用②感染症防護具の着脱③利用者等の安否確認の3つの訓練をしました。



〈利用者宅での安否確認訓練の様子〉



〈初動対応の動き等を確認〉



〈防護具の着脱訓練〉



〈徒歩で利用者宅へ移動〉



〈防災備品の確認〉

安否確認訓練では、普段は自転車で移動している地域を徒歩で移動することにより、地域の危険箇所や各種防災設備の存在に気づくことができました。

訓練に参加した職員は、普段から災害時を意識して地域資源を確認しておく必要があることを学びました。

今回の訓練で得られた様々な課題を基に、今後も定期的に訓練を行い、利用者等の安全・安心に向けて職員一丸となって取り組んで参ります。

目黒区南部包括支援センター

目黒区碑文谷1-18-14 碑小学校内南西側

電話：03-5724-8033

FAX：03-3719-2031

開設日：(月)～(金) 午前8時30分～午後7時

(土) 午前8時30分～午後5時

※(日)、(祝)、年末年始を除く

委託者：社会福祉法人 目黒区社会福祉協議会



「春バテ」に注意してください!

「春バテ」をご存知ですか?

春は日中が暖かく、朝晩に冷え込む為、寒暖差が大きい季節です。

その寒暖差で自律神経が乱れ、心身に不調をきたすことを春バテといいます。

【主な症状例】

- ・何故か体がだるい
- ・朝起きるのがつらい
- ・イライラして落ち着かない

- ・やる気が出ない
- ・食欲がない
- ・寝つきが悪い



春バテ予防の3つのポイント!

① バランスの良い食事 ② 入浴でリラックス ③ 質の良い睡眠・冷え対策を心がける

体調悪化を防ぐために、体に違和感を感じたら早めに「かかりつけ医」などにご相談してください。

南部地区居宅介護支援事業者連絡会の報告

令和5年11月28日に行政や町会関係者を招いて

「南部地区における防災の取り組みを知りケアマネジャーとの連携を考えよう」をテーマに研修会を行いました。参加者から様々な質問が出て、講師にお答えいただきました。

地域での顔の見える関係づくりとして、とても有意義な機会となりました。

<意見交換会>

- ・家が倒壊したのをケアマネジャーが見つけた。どこに報告したらよいか。
- ・弱者が助けを呼べる方法は具体的にはあるのか?
- ・防災手帳の記入欄について、避難支援者をケアマネジャーが探すのは厳しい。

<参加者の感想>

- ・災害が起きたときに、水やトイレの重要性をあらためて実感した。
- ・避難場所配置図が分かってよかった。
- ・訪問時に、利用者と災害時の対応について話し合っておくことが必要。

清水町会 防災マップ

令和2年4現在



救助ドアノブプレート



小型防災ポンプ



南部地区主マネこねこね倶楽部合同企画

「目黒消防署による AED を学ぼう会」を開催しました!

目黒本町社会教育館(令和5年10月18日)、向原住区センター(令和5年11月16日)にて「AEDを学ぼう」をテーマに出張相談会を開催しました。

当日は、目黒消防署の救急救命士にお越しいただき心臓マッサージや電気ショックの仕方などを教えて頂きました。参加者は真剣にAEDの使い方を学んでいました!



AED 利用方法



実技訓練の様子

職員のつぎやき

昨年は野球やバスケットボールで日本中が盛り上がった年になりました。私も実際に野球やバスケットボールを観戦しに行き、スポーツ観戦の年になりました。今年はパリオリンピック・パラリンピックが行なわれます。日本から熱い声援を送るのが、今から楽しみです。(〇)

問い合わせ等は、目黒区南部包括支援センターまで ☎03-5724-8033