

ヘルパー通信

NO.171 令和 8年 5月



辺りが新緑に移り変わり、涼しい風が心地よい季節となりました。

朝晩はまだまだ冷え込みますが、日中は気温が上昇します。季節の変わり目で体調を崩しやすい時期ですが、水分補給などをこまめに行い、体調管理に気をつけてお過ごしください。



災害対策 ～できることから取り組みましょう！～

4月18日大町市で震度5強の地震があり、その後20日に北海道や青森でも震度5の地震がありました。

いつ、どこで地震が起こるかわかりません。起こった際にあわてないためにも、日頃から災害への準備が大切です。

- ・寝室等の**安全確認**（倒れたり、落下してくる物はないか）
- ・就寝時、**停電に備えて**、懐中電灯、歩く時に**割れたガラス等から足を守る**スリッパや靴を枕元に置くと避難の際に役立ちます。

どんな漢字？

- 1 億の一万倍ある木に実る果実ってな～に？
- 2 九羽の鳥が集まってきた。なんという鳥？
- 3 お皿にのせて、分けて運ぶものな～に？



令和8年度地区担当職員紹介

広丘 吉田 高出 片丘・・・ 赤羽・外立（はしだて）

塩尻東 北小野 大門・・・ 村井・中村

宗賀 洗馬 檜川・・・・・・・・ 小林・中村

障害・・・ 只石・上原

有償・・・ 大日方

新体制にてスタートします。ご意見、ご要望等がございましたら
お気軽にご連絡ください。

・・・ヘルパー研修会・・・

ヘルパーステーションでは、毎月研修会を
おこなっています。

救急法・感染症対策・介護技術・食中毒等

様々な研修会を行い、職員の質を高めて、

より良いサービスを提供できるよう努めて参ります。



・漢字なぞなぞ答え 1, 桃 2, 鳩 3, 盆