

川元地域包括支援センター通信



令和元年
第2号

今年度も後半に突入いたしました！！

ごあいさつ



暑さ厳しい夏が過ぎ去り、豊かな実りの秋となりました。

わたしたち川元地域包括支援センターにも、保健師が9月より復帰いたしました。より一層日々の業務に励んでまいります。今後とも何卒よろしくお願い申し上げます！



川元地域包括支援センター職員一同

事業所概要



- 住所 : 秋田市川元開和町10-7
シェラトン開和町103
- 電話 : 853-5968
- FAX : 853-5969
- 営業日 : 月~金
- 営業時間 : 8:30~17:00
- 休業日 : 土・日・祝日

※ただし緊急時等に関しては24時間連絡可能な体制をとっております。

ホームページ絶賛更新中です！

わたしたちの日々の活動やお知らせをホームページでご紹介しています！くわしくは、秋田市社会福祉協議会ホームページ右の地域包括支援センターのアイコンをクリックしてみてください♪

URL

https://www.akita-city-shakyo.jp/publics/index/196/&anchor_link=page196#page196



担当地域

川尻、川元、旭南
茨島、卸町

知っておきたい！認知症のあれこれ

認知症ってどんな病気？

認知症とは、いろいろな原因で脳の司令塔の動きに不都合が生じ、さまざまな障害が起こり、生活する上での支障が出ているのがおよそ6カ月以上続いている状態を指します。

認知症の原因は、脳の細胞が死んで脳が萎縮してしまうアルツハイマー病、脳出血や脳梗塞により、血管が詰まって脳の一部の細胞が死んでしまうなど、様々なものがあります。

その結果、もの忘れや被害妄想など、生活に様々な支障をきたすようになります。

認知症は脳の病気ですので、早めに医療機関の受診をすることで、進行を止めることができる場合も多くあります。



健康な脳



脳の細胞が死んで脳が萎縮する(アルツハイマー病などの変性疾患)



血管が詰まって一部の細胞が死ぬ(脳血管性認知症)

ポイント

- その1. 認知症は、だれにでも起こり得る脳の病気です
- その2. 認知症の原因と症状はさまざま！
早めに医療機関の受診を

認知症が進行すると、こんな心配も…

認知症が進行することで、日常生活にもさまざまな問題が生じてくる場合があります。

おばあちゃんが散歩に出たきり帰ってこない…
もし事故に遭っていたら…



詐欺や悪質商法に引っかけたしまい、
多額の財産を失った…



物忘れがひどいし、
言っていることもめっちゃくちゃ…どう関わって
いけばいいの？



次回は、認知症の方が住み慣れた地域で暮らしていくための取り組み、制度などを紹介いたします❀



悪質業者や詐欺に気を付けましょう！

悪質業者は言葉巧みに「お金」や「健康」、「孤独」といった不安をあり、皆さんの年金や貯蓄などの大切な財産を狙っています。今回は実際にあった被害やその対応方法についてご紹介します！

消費税引き上げに便乗した詐欺の恐れ

- ・悪質業者は社会的に話題になっている出来事を悪用して近づいてきます。
- ・金融機関や行政が消費者個人に電話をかけることはありません。
- ・着信番号通知や録音機を活用し、知っている人以外の電話には直接出ないということもトラブルを避ける一つの方法です。不審な電話があったらすぐに警察へ相談しましょう。



消費税の引き上げで、還付金が受け取れます。お金を振り込むので銀行の口座番号と暗証番号を教えてください

被害拡大！『カニカニ詐欺』にご用心！

- ・カニなどの海産物の勧誘の電話がかかってきて、強引に契約させられたり、断ったのに商品が届いたり、といった、通称「カニカニ詐欺」という送り付け商法が横行しています！
- ・実在する業者を装い、個人情報抜き出すとするので気を付けましょう！
- ・きっぱり断ることや即答せずに冷静に対応することが大切です。
- ・電話での勧誘の場合クーリングオフができることも覚えておきましょう。

先日のセールスで断ったはずのカニと請求書が送られてきた…



引用：国民生活センター「高齢者の消費者被害」
(http://www.kokusen.go.jp/soudan_now/koureisya.html) 令和元年9月19日現在

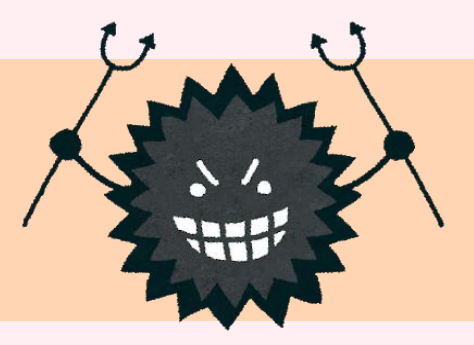
より一部抜粋

「怪しいな…」と思ったら、地域包括支援センターに情報をお寄せください！

インフルエンザ

ノロウイルス

感染症にご用心！予防と対策



食欲の秋や運動会、クリスマスにお正月…楽しい行事が多くなるこの季節は、感染症（インフルエンザ、ノロウイルス）にご用心！！今回は、感染症を予防するための注意点と対策についてご紹介します♪

インフルエンザ

感染経路を断つ！！

- ・人が多く集まる場所から帰ってきたときには 手洗いを心がけましょう。
- ・アルコールを含んだ消毒液で手を消毒するのも効果的です。
- ・普段からの健康管理も重要です。栄養と睡眠を十分にとり、抵抗力を高めておくことも発症を防ぐ効果があります。

予防接種が重要！！

- ・予防接種は発症する可能性を減らし、もし発症しても重い症状になるのを防ぎます。
- ・ただし、ただしワクチンの効果が持続する期間は、一般的には5か月ほどです。



引用：厚生労働省ホームページ
・インフルエンザ予防リーフレット(https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10600000-Daijinkanboukouseikagaku/0000122092_3.pdf) 令和元年9月19日現在
・ノロウイルス食中毒対策リーフレット(https://www.mhlw.go.jp/file/06-Seisakujouhou-10600000-Daijinkanboukouseikagaku/0000122092_3.pdf) 令和元年9月19日現在

より一部抜粋

ノロウイルス

調理する人の健康管理

- ・ノロウイルスは外食先だけではなく、自宅で感染する可能性も高いです。そのため、普段から 食べ物やご家族の健康状態に注意しましょう。
- ・また、ノロウイルスの症状（嘔吐や下痢）が見られた方が調理を行わないようにしましょう。

作業前などの手洗い

- ・トイレの後や調理、盛り付けの前など、こまめに手を洗うように心がけましょう。
- ・指先、指や爪の間、親指の周りや手首などの汚れが残りやすい部分はとくに念入りに！



調理器具の消毒

- ・洗剤で十分に洗ったあとに、塩素濃度200ppmの次亜鉛素酸ナトリウム、もしくは熱湯に浸して消毒すると効果的です。

いかがでしたか？今回ご紹介した内容は、一見すると「ごく普通の、あたりまえのこと」のように思えるかもしれませんが、せっかく予防と対策を頑張っても、正しく適切に行わなければあまり効果は出ません。予防対策をしっかりと行い、元気に楽しくこれからの季節をお過ごしください❀❀

