

岐阜市地域包括支援センター

北 部 だ よ り

第40号
平成29年1月



あけましておめでとうございます
本年もよろしくお願ひ申し上げます



寒い冬は こんな事 に **注意** を！！

感染症



冬場にはインフルエンザやノロウイルスが流行します。高齢者の場合は**風邪**から**肺炎**に繋がり**重症化**する危険性も高まります。

【対策】
水分と栄養をしっかりとって、換気をしな

かくれ脱水



冬場の乾燥によって、水分は失いやすくなります。日々の中で**徐々に脱水**になっていくため注意が必要です。

【対策】
こまめな水分補給が何より大切！！

転倒



寒くなり**地面が凍結**したり、**外出**の機会が減少することで、転倒の危険が高まります。転倒することによって骨折し、**寝たきり**になる可能性もあるため注意が必要です。

【対策】
適度に身体を動かし、筋力低下予防・バランス能力の維持に努めましょう！！

低温やけど



カイロや**湯たんぽ**などが肌に直接接触し続けることで、**低温やけど**になる可能性があります。

【対策】
暖房グッズは、取扱説明書をよく読む（直接皮膚に当てない・寝ている間は控える）

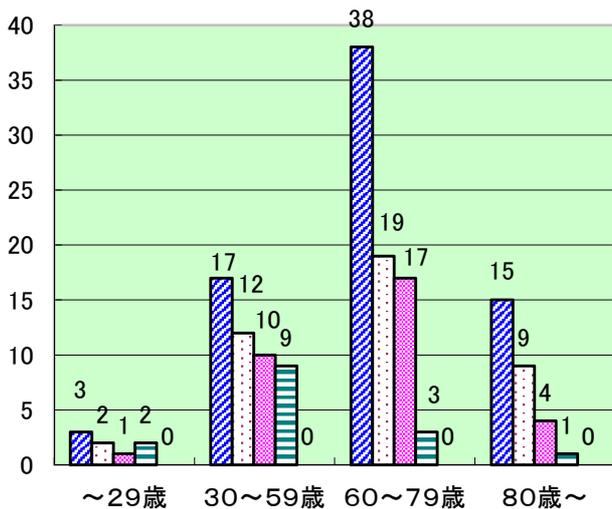
地域包括支援センター北部アンケート第二段！！



11月6日(日)鷺山小学校体育館で開催されました
鷺山文化祭に参加させていただきました。
162名の方に、アンケートにご協力いただきました。



①近所付き合いについて

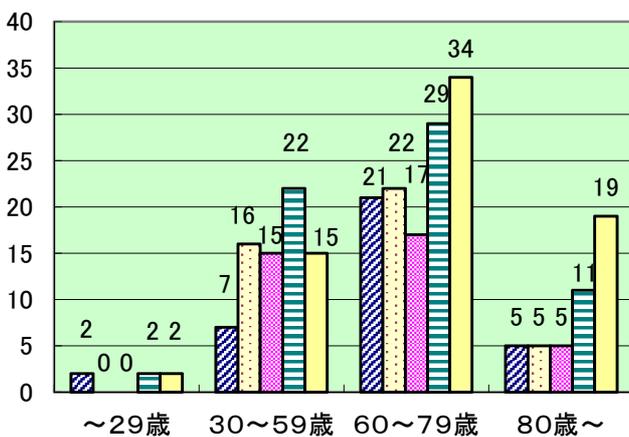


- 困ったときに助け合える
- 簡単な用事なら頼める人がいる
- 会うと世間話をする程度の関係
- あいさつを交わす程度の関係
- ほとんど付き合いはない

☆鷺山夏祭りに引き続き、アンケートを行い、地域のみなさんの生活についてお聞きしました。
ご協力ありがとうございました！！

☆文化祭では、アンケートの他に、高齢者模擬体験、介護や福祉に関する相談会を行いました。

②近所の人や地域に望む支援について



- 日用品等の買い物代行サービス
- 買い物や通院等の送迎サービス
- 家事を気軽に頼めるサービス
- 安否確認・見守りサービス
- 楽しいひと時を過ごすサロン等

☆『うちの集まりでも話をしてほしい』『相談に乗ってほしい』などありましたら、お気軽に地域包



岐阜市 地域包括支援センター 北部

○担当地区 鷺山・常磐
○ご相談は無料です
○秘密は厳守いたします
岐阜市南蝉2丁目122番地 北川ビル1階
058-295-4510
(お電話でのご相談は365日お受けします)
担当：露武尊 早川 西村 川出 深尾

