

天童市 地域包括支援センターニュース

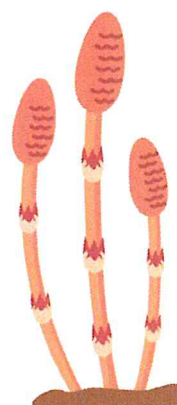
～地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です～

38号

令和2年3月

内 容

- ・ 地域に心配な高齢者は
いませんか？
- ・ 認知症サポーター養成講座
- ・ 消費者トラブル情報、健康情報



相 談 窓 口

天童市地域包括支援センター 中央

天童市老野森二丁目6番3号
☎ 023 - 658 - 8190

HP <http://www.tendo-shakyo.or.jp/>

担当地区 [天童中部・天童北部・成生
津山・田麦野・山口

天童市地域包括支援センター めいこうえん

天童市大字矢野目150番地
☎ 023 - 664 - 0600

HP <http://meikouen.or.jp/>

担当地区 [天童南部・蔵増・寺津
高揃・長岡・干布・荒谷

地域にお住まいの高齢者の皆さんやご家族、地域住民の皆さんの保健・福祉・介護について
様々な相談をお受けします。

秘密は守りますので、お気軽にご相談下さい。相談は無料です。



地域に心配な高齢者はいませんか？

地域の高齢者について、日常生活や仕事の中で「あれ？」「おかしいな？」という小さな気づきがとても大切です。

気がかりなことを感じたら、地域包括支援センターへご相談ください。

以下は一例です。



	サイン	説明
暮らし	ゴミがあふれている。衣類があふれたままになっている。	定期的にゴミ出しがなく、生活している印象も薄く、調理や掃除など基本的な生活状況に不安のある状況です。うまく介護保険サービスなどの利用を勧めることで、改善する可能性があります。
	しばらく顔を見ない。新聞、郵便物がたまっている。	以前は外出していたのに、このところ外に姿を見せないというのは、家庭内の異変を知らせます。新聞や郵便物の放置も手掛かりとなります。
家族	けんかが絶えない。高齢者に会わせない。高齢者への乱暴な扱い。	親子や夫婦でけんかしている様子が、近所にも聞こえてくる状況です。従来は、身内のこと家族のこととして放置してきましたが、継続すると悲惨な状況になるおそれがあります。
	物の飛び交う音がする。怒鳴り声、泣き声がある。	ただのけんかですまないような状況になっていることが予測されます。外傷や顔面のあざなど、生傷が絶えないようになってくると危険な状態になります。本人、介護者の双方が発するメッセージにも、注意を払います。
身体	顔色が悪い。髪、ひげ、つめが伸びたままになっている。	健康状態の悪化が見受けられる状態です。あるいは、何か不安なことがあることもあります。髪、ひげ、つめの手入れ不足は、介護力の低下を示す典型例です。
	最近目立ってやせてきた。食事を摂っていないと訴える。	食べられない、あるいは、食べるものがない状態、栄養不良、健康状態の不安、急激に痩せてきた、などの症状です。
認知症	夕方、深夜などに目的なく出歩いている。道に迷う。	認知症の初期症状で、時間の見当がつかなくなることがあります。家族が捜しているかもしれませんが、あるいは気づいていないかもしれません。万が一の危険性もありますので、十分な見守りと声掛けが必要です。
	大声をあげる。店先で支払いをめぐるトラブルになった。	隣近所にも聞こえるほどの大声が頻繁に発生するのは、認知症と関係あることがあります。また、認知症になると、支払いしないまま商品を手にして店を出ることもあり、万引きと勘違いした店員とトラブルになることもあります。
経済状況	年金があるのに「お金がない」と訴える。	家族が年金や通帳を保管し、勝手に財産処分することがあります。あるいは、消費者被害にあって、通帳をだまし取られたりする場合があります。
	必要な介護サービスを利用していない。	介護が必要、あるいは認知症の症状があり、通所介護サービスやヘルパー等の援助が適切と思われるにも関わらず、家族が年金、通帳などを管理していて、サービスを利用させようとしない場合があります。

認知症サポーター養成講座



長寿化に伴い、軽度認知障害の段階と推計される人数を合わせると、65歳以上の4人に1人は何らかの認知症の症状を有するとされています。診断を受けていない方を含めると更に増えることが見込まれます。また、64歳以下で発症する方もおり、老若男女問わず身近なものとなってきました。

地域包括支援センターでは、認知症の予防とともに“認知症になっても安心して暮らせるまちづくり”を目指し、認知症について正しい知識などを学ぶ「認知症サポーター養成講座」を開催しています。

認知症サポーターとは？

認知症サポーターとは「なにか」特別なことをする人ではありません

認知症について正しく理解し、偏見を持たず、認知症の人や家族に対して温かい目で見守ることがスタートです。認知症の人やその家族の「応援者」として、他人事として無関心でいるのではなく、「自分の問題である」という認識を持つことが大切です。

参考：認知症サポーター養成講座標準教材

認知症を学び地域で支えよう

今年度は公民館や中学校、会社などに伺いました



～講座についてのお問合せ～

天童市地域包括支援センター中央

☎658-8190

天童市地域包括支援センターめいこうえん

☎664-0600

消費者 トラブル 情報

固定電話が使えなくなる？

IP網への移行に便乗した 勧誘に注意！！

事例

大手電話会社の子会社を名乗る事業者から、「2020年以降アナログ回線が廃止される。今の電話が使えなくなるので光回線に切り替えないか」と電話がきたが不審だ。

注意



～ひとこと助言～

- ◎NTT東日本とNTT西日本（以下、NTT東西）は2024年以降、固定電話のIP網への移行に伴い電話会社内の設備の切り替えを予定しています。
- ◎この設備切替に便乗し、固定電話や固定電話の番号が使えなくなる、といった勧誘文句で営業をする業者に注意しましょう。
- ◎IP網への移行後も現在使用中の電話機や電話番号はそのまま使うことができます。設備切替に伴う手続きや工事也不要です。
- ◎不審に思ったら、お早めにお住まいの自治体の消費生活センター等（消費者ホットライン188）、もしくはNTT東西の固定電話のIP網への移行に関する問い合わせ先へご相談下さい。

NTT東日本 0120-815-511

NTT西日本 0120-190-022

天童市消費生活センター（市役所1階）654-1111 内線745

出典元：国民生活センター 見守り新鮮情報

健康 情報

今年も花粉症の季節となりました。日本気象協会によると、花粉飛散量は例年並みとのことで、3月上旬から飛散が始まるそうです。しっかり対策し、乗り切りましょう！



～花粉症対策～

- ◎規則正しい食生活。
- ◎バランスの取れた食事、適度な運動で体調管理。
- ◎外出時は、帽子、マスク、サングラス、凹凸のない素材の服で花粉予防。
- ◎帰宅時は、手洗い、うがい、洗顔。
- ◎布団など干す際は、飛散量の少ない午前中に。
- ◎受診して服薬する。

