

富士岡地区 高齢者みまもりネットワーク便り

回覧

平成27年11月
～ 第104号 ～

発行：御殿場市地域包括支援センター富岳
〒412-0033 御殿場市神山 1925-1193
電話 87-6873 FAX 87-7122
メール tiiki-houkatu-fugaku@etude.ocn.ne.jp



インフルエンザの予防を！！

インフルエンザの季節になりました。厚生労働省から、予防の有効な方法が示されています。

皆さん、気をつけましょう！！



①流行前のワクチン接種が有効

ワクチンの効果は、死亡の危険が1/5に、入院の危険が約1/3～1/2まで減少します。

②手洗いやアルコール製剤による手指衛生も有効

③感染を広げないために“咳エチケット”を心がけてください

咳やくしゃみの際に口から発生する小さな水滴（飛沫）によって感染します。

富士岡の元気印さん！！



河合 恵二郎さん 85歳

(神山区)

「60代から老人クラブに入会し、主に体育種目の行事に参加をしました。

現在も、さわやかクラブの体育競技の練習に参加し、市老連の大会に出場しています。またシルバー人材センターの仲間と、グランドゴルフやパークゴルフで汗を流すのも楽しみです。平成18年から続けている小学生の見守り隊の活動は、子供達の安全のためにと頑張っています。」

地域のために貢献され、書道の師範としての活躍もされてきた河合さんは若々しい印象でした。

二次予防事業対象者の訪問がはじまりました

6月に、今年度65歳以上で奇数年の方を対象に基本チェックリストの配布が御殿場市より行われました。回答していただいた方には、健康面や生活面において気をつけることなどを記入した“アドバイス表”が発送されました。11月からは、その方を対象に地域包括支援センター富岳の職員が個別訪問をします。該当者には、事前に訪問予定日を記入したハガキを送付致します。

訪問時間は15分程度で、専門職が生活面でのアドバイスをを行います。むやみに介護保険の申請を勧めたり、介護保険サービスをおしつけるものではありませんので、ご安心下さい。



マイナンバー詐欺にご用心

マイナンバー制度導入に伴い、全国各地で国や自治体の職員を装い、資産や保険の契約状況を聞くなどの被害が報告されています。

国民生活センターの見守り新鮮情報235号では、下記のような助言が記入されています。ご注意ください。

☆マイナンバーの通知や利用手続き等で、国や自治体の職員が家族構成、資産、年金・保険の状況を聞くことはありません。

☆不審な電話はすぐに切り、来訪の申し出があっても断って下さい。

☆万が一金銭を要求されても決して支払わないようにしましょう。

☆少しでも不安が生じたら、すぐにお住まいの消費生活センターへご相談下さい。

御殿場市消費生活センター

電話 83-1629



先月の相談より



「両親が高齢になり、2人で生活していますが、様々な場面で困っているようです。私達が遠方に住んでいて、どんな様子かもわからないので状態を確認し、必要な支援をして欲しいのですが。」

と県外に住む
子供さんより
相談があり
ました。



「認知症の診断を受け、薬も始めましたが気力がなく、どんどん悪くなるような気がしています。どうしたら良いでしょうか?」という相談がご本人からありました。



訪問をし、高齢なご夫婦にお話を伺いました。

①膝が痛くて、掃除ができない
②財布を幾つもなくして出てこなくて困っている
③気力がなく、家事をしたくてもできない
以上の3つの困りごとがわかりました。
かかりつけの医療機関と飲まれている薬の確認を
させていただいた所、認知症の治療中だということ
がわかりました。主治医に確認をし、介護保険の申
請を行い、訪問介護のサービスを利用し、ご本人の
サポートをしていくことになりました。

当センターが開催する「よりみち座談会」に認
知症看護認定看護師の中村さんが来てくれること
になっていたのでお誘いしました。

当日、飛び入りで認知症の治療を既に受けてい
る当事者の方も参加してくださり「最初は私も脱
力感が抜けず大変だったけど、何とか頑張らな
きゃ!と思える時期がきて、それからは畑仕事も
できるようになったよ。」と、貴重な体験を話して
下さいました。『辛い思いをしているのは、自分だけ
じゃなかったんだと思えた。参加して良かった。』
と相談者は笑顔で帰られました。



富士岡はっらっくらぶ

～巡回バス時刻表～



11/4、12/2

南御殿場駅 (9:30) ⇒
萩蕪公民館 (9:30) ⇒
沼田公民館 (9:35) ⇒
二子公民館 (9:40) ⇒
富士岡駅 (9:40) ⇒
大坂公民館 (9:45) ⇒
高内報徳会館 (9:50) ⇒
尾尻憩いの家 (9:55)

11/18、12/16

竈公民館 (9:30) ⇒
中清水公民館 (9:35) ⇒
富士岡駅 (9:40) ⇒
大坂公民館 (9:45) ⇒
旧町屋公民館 (9:45) ⇒
高内報徳会館 (9:50) ⇒
尾尻老人憩いの家 (9:55)

富士岡地区に
お住まいの方なら、
どなたでもご利用いただけます。
お気軽にのぞいてみてください。

場所：富士山マルシェ
JA 神山支店となり (元、A-COOP)
時間： 午前 10 時～12:00
連絡先：地域包括支援センター富岳
電話：87-6873 (担当：吉田)

※個別に送迎が必要な方は、ご相談ください。

11月・12月の健康相談会・血圧測定会

◆マックスバリュ富士岡店

11月16日(月)・12月16日(水) 午前10時～正午まで

◆富士山マルシェ (御殿場農協神山支店となり)

毎週金曜日の午前10時～正午まで

