

[1]

地域包括支援センター長森だより

いつまでも住み慣れたこの街で…



～こんにちは、あなたの街の地域包括支援センターです～

令和7年1月号

冬に高齢者の入浴事故 多くなります！



入浴時の事故が多くなる原因の一つは、急激な温度差による血圧の急激な変化です。暖房のきいた暖かい部屋から、冷え込んだ脱衣所に移動して衣服を脱ぎ、寒い浴室に入ると、血管が縮まり血圧が一気に上昇します。その後浴槽に入り身体が温まると血管が広がり急上昇した血圧が下がります。この急激な血圧の変化により一過性の意識障害を起こす恐れがあります。

〈事故を防ぐポイント〉

1. 入浴前に脱衣所や浴室を暖めておく。
2. 湯温は41度以下、お湯につかる時間は10分までを目安にする。
3. 浴槽から急に立ち上がらない。
4. 食後すぐの入浴や、飲酒後、医療品服薬後の入浴は避ける。
5. お風呂に入る前に、同居する家族にひと声かける。
6. 家族は入浴中の高齢者の動向に注意する。

脱衣所などを暖める



大丈夫？

政府広報オンライン
交通事故死の約2倍？！冬の入浴中の事故に要注意！参照

認知症サポーターの集い 開催!

12月17日(月) 長森北公民館にて認知症サポーターの集い「認知症の方の暮らしを守る福祉用具について」を開催しました。GPS使用体験や徘徊感知器、お知らせ機能付きのお薬カレンダーの使い方など、認知症の方が安心して生活できる福祉用具をご紹介させていただきました。認知症サポーターの集いは、主に認知症サポーター養成講座を受講された方を対象に、認知症に関する啓発活動・学びの場として定期的開催しています。興味のある方は地域包括支援センター長森までご連絡ください。



福祉用具の会社の方に
ご協力いただきました。

認知症カフェ



カフェ サロン



次回開催日 令和7年1月11日(土)
10時~11時30分 ハイツ長森 1階集会所

認知症カフェは認知症の方やその家族、認知症に興味がある方なら誰でも参加できる地域の集いの場です。皆さまのご参加、お待ちしております。

☆予約不要
☆参加費 1人 100円
~お問い合わせは下記まで~

岐阜市地域包括支援センター長森

☎058-245-2855 〒500-8127 岐阜市塩町2丁目32

訪問・来所・電話などによる相談の受付

月曜日~土曜日(祝日・年末年始を除く)
開所時間 午前9時~午後5時

※ 開所時間外の緊急時の相談は転送電話で対応します。
ご相談に来られる方へ

予めご連絡いただけますと、お待たせすることなくご相談いただけます。また、要介護認定の申請を希望される方は、できるだけ医療保険の被保険者証をご持参ください。ご協力をお願いします。

交通のご案内

岐阜バス 東興町 下車徒歩10分
長森ふれあいバス 地域包括支援センター長森 下車徒歩1分

ホームページ <http://www.gifuroujin.or.jp/chikihoukatsu>

