

春日井市地域包括支援センター高森台・石尾台だより



令和元年夏号（第 153 号） 発行：春日井市地域包括支援センター高森台・石尾台



熱中症について

皆さま、いかがお過ごしでしょうか。梅雨もあけ、本格的な夏を迎えようとしています。

夏を迎えるにあたり、熱中症対策について改めて確認していきたいと思います。

Q1、熱中症にかかると、どんな症状がでるの？

A1：頭痛・めまい・吐き気・立ち眩み・体のだるさ等が出ます。

症状が進むと、皮膚の乾燥、熱がこもる、意識が朦朧とすることもあります。

Q2、もしそんな症状がでたらどうしたらいいの？

A2：涼しい所に行き、衣類をゆるめ体を冷やし、水分・塩分を取りましょう。

症状が進み、水分がとれず意識がない際は、救急車を呼んでください！！

Q3、わかりやすい身体からサインってありますか？

A3：脇の下・舌・口が乾きます。汗をかかなくなります。手足がつることもあります。

Q4、普段から気をつけることはありますか？

A4：こまめな水分・ほどよい塩分補給・しっかり栄養を摂って日頃から体を休めることが大切です。

皆さま、いかがだったでしょうか。それでは今年も暑い夏を乗り切ってください！！

最近の主な地域包括支援センターの地域活動

- 4月 1日 地域個別ケア会議
- 4月18日 石尾台4丁目高齢者対応情報交換会（石尾台4丁目集会所）
- 4月23日 グループホーム百々春日井運営推進会議（グループホーム百々春日井）
- 5月13日 高森台石尾台地区民生委員児童委員協議会（東部市民センター3階）
- 5月16日 どんぐりの森運営推進会議（どんぐりの森）
- 5月17日 といろ・くるみ合同運営推進会議（かいほの家くるみ）
- 5月22日 中央台地域ケア推進会議（中央台ふれあいセンター）
- 5月29日 出前講座（いちょうの会／高森台西部集会所）
- 6月22日 石尾台おとなの学校記念事業（石尾台小学校）
- 6月24日 見守り中央台協力員会議（中央台ふれあいセンター）

活動報告だよ！



🦋今号のトピック🦋

中央台地域ケア会議を開催しました



令和元年5月22日、中央台ふれあいセンターにて中央台地域ケア会議を開催しました。当日は、中央台地区の民生委員・地区社協・自治会・老人クラブ・中部大学学生など地域の代表の方々等に出席いただき、中央台に住む方の現状や日頃の活動等についての報告や意見交換を行いました。地域の課題については、高齢者の参加できる場作り・認知症の方に対しての地域の見守り体制・地域の支えあい活動があると住みやすくなるのではないかといった意見があがりました。今後も高齢者の皆様が安心して暮らせる地域づくりに協力していきたいと思えます。

会議開催にあたり、ご参加いただきました皆様方ありがとうございました。



地域包括支援センターのご利用のご案内



相談について



地域包括支援センターは高齢の方の生活に関する総合相談をお受けする窓口です。まずはお気軽にお電話ください。ご希望に応じて来所や訪問によるご相談、制度やサービス利用調整などを行います。

出前講座受付中！



地域包括支援センターでは出前講座を行っています。老人クラブ、地区社協、自治会、介護グループなど、ご依頼頂いた場所にお伺いします。費用は無料です。テーマのご相談、講座のご依頼など、お気軽にお電話ください。



ご相談・出前講座のご依頼は、



春日井市地域包括支援センター-高森台・石尾台



春日井市委託の福祉相談窓口です。お気軽にお電話ください！

TEL：0568-88-5829

FAX：0568-88-5704

ホームページ：<http://douen.or.jp/>

