

シクラメンだより



【発行者 中津川市シクラメン地域包括支援センター・中津川市高齢支援課】

現在、新型コロナウイルス感染拡大防止の一環として、地域包括支援センターでは一部の事業を中止・延期しています。
緊急事態宣言は解除されましたが、今後も感染予防を当たり前にした生活への意識を皆で持っていくことが求められています。

支援センターでは安全な取り組みの実施に向けて、感染予防の対策を現在検討しています。今後対策がとれましたら、取り組み実施について地域の皆さまに連絡させていただきます。よろしくお願い致します。

東濃成年後見センター 阿木地区巡回相談のお知らせ

認知症、知的障がいや精神障がい等の理由で、預貯金の管理、介護や医療などの契約ができない、悪徳商法の被害に遭うおそれがある、親族がいないなど相談相手や支援者が身近にいない困っている方に、東濃成年後見センター相談員による巡回相談を行います。

相談業務は通常通り
行っています



相談にみえる際は
マスクの着用を
お願いします！



❖日時:7月1日(水)13:30~15:30

❖会場:シクラメン地域交流スペース

【要予約】 中津川市高齢支援課0573-66-1111(内線579)

第19回シクラメン夏まつり規模縮小について

毎年地域の多くの皆さまに足を運んでいただいているシクラメン夏まつりですが、新型コロナウイルスの感染拡大防止対策に伴い、今年度は規模を縮小し施設関係者のみで開催することとなりました。

新しい生活様式における

令和2年度の熱中症予防

新型コロナウイルスの出現により①身体的距離の確保②マスクの着用③手洗いと、「密集・密接・密閉」を避けるといった【新しい生活様式】が求められています。熱中症予防行動のポイントをおさえて、今年の夏を過ごしましょう。



1 こまめに水分補給をしましょう

マスクをしていると喉の渇きを感じにくくなります。喉の渇きを感じる前の水分補給を心掛けましょう。水分だけでなく、塩分の摂取も忘れずに！

2 適宜マスクをはずしましょう

人と十分な距離(2m)が確保できる場合はマスクをはずして熱がこもらないようにしましょう。また、マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動は避けましょう

暑さを避けた生活を！

日中の草取りや
畑作業は控えましょう



暑さに備えた
体力づくりも必要ですね

3 日頃から健康管理をしましょう

日頃から体温測定、健康チェックをしましょう。体調が悪いと感じた時は、無理せず自宅で静養しましょう。

環境省・厚生労働省参考資料より

中津川市シクラメン地域包括支援センター

福祉・介護や保健・医療などに関する高齢者の皆さまの総合相談窓口です
どうぞ、お気軽にお声掛けください



住所：中津川市阿木2811-1 TEL：0573-63-3202 担当：志水

日々の暮らしのために
高齢者の皆さまの生活全般や
認知症の相談に応じ支援します

いつまでも住み慣れた地域で
いきいきと過ごしていくために
要介護状態になる事を予防する
介護予防教室などを開催します

問題を解決するために
ケアマネジャーとの連携、医療・介護の
連携をはじめ様々な 関係機関と協力して
ネットワークをつくります

高齢者の皆さまの
権利擁護のために
虐待の防止や消費者被害の
早期発見と防止にあたります