



# つかだ包括便り

号

令和4年7月1日発行

Vol.10

## ご注意ください！ 熱中症！！

～きちんと対策をして、健康を守りましょう～

●熱中症は、日中の屋外だけで起きる病気ではありません。室内や夜間にも起きています。対策の基本は、①こまめに水分と塩分を摂取すること、②こまめに休憩をとり、日傘や帽子、日陰を利用すること、③適切にエアコンを使用し、エアコンの設定温度ではなく、実際の室内温度を28度以下に保つことが重要です。

みなさんのご自宅に温度計はありますか？  
大勢が集まる場所では、コロナ感染対策として、定期的な換気も行いましょう。



●マスクのつけ方の工夫が必要。  
屋外ではマスク着用により、熱中症のリスクが高まります。

『間隔が2メートル以上確保できて、ほとんど会話をしない場合は、マスクを着用する必要はありません』

みなさん、屋外ではマスクをはずし、サイレントウォーキングを心掛けましょう。



## 日々の疑問を解決！シリーズV

成年後見制度より、もう少し身近な制度で支援を受けられませんか？  
A子さん(80歳)



判断能力が十分でない人が自立した生活を送れるよう、ふなばし高齢者等権利擁護センター「ぱれっと」では、日常生活自立支援事業を行っています。なお、この事業は契約に基づくため、その内容を理解する能力がない人は利用できません。

介護や福祉サービス利用に関する相談・援助を行います。伴う援助として、日常的な金銭管理サービス、通帳などを保管する財産保全サービスも行います(金銭管理、財産保全のみの利用はできません)。

成年後見制度と似ていますが、支援できる範囲が違ってきます。

詳しくは、ふなばし高齢者等権利擁護センター「ぱれっと」(☎047-431-7560)へお問い合わせください。

## ストップ！電話de詐欺

船橋は昨年度県内ワースト2位

「振り込め詐欺防止装置」の無料貸与期間が1年間に延長になりました。電話をかけてきた相手に「会話内容を自動的に録音します」と伝えることで、犯人が録音されることを嫌がり、電話を切ってしまう効果があります。

船橋市内在住で「固定電話がある」「65歳以上の方がいる世帯」が対象です。貸し出し希望の方は、船橋市 市民安全推進課 ☎047-436-2290 または塚田地域包括支援センターまでご一報ください！

「電話de詐欺」の対策は ①留守番電話機能  
②番号通知サービス ③警告通話録音機能です



## 「自分の健康をみてみよう！」

主催：スポーツ推進委員協議会塚田地区/塚田公民館

令和4年6月25日(土曜日) 10:00~11:30

塚田公民館にて、『自分の健康をみてみよう』をテーマに、船橋市スポーツ推進委員、公民館が主催で体力測定会を行いました。当日は30名が集まり、握力や5メートル歩行などの測定やボール競技のポッチャにチームで挑戦をして楽しみました。当センターでは体組成測定を行い、基礎代謝や体脂肪率などを測定しました。

体組成測定を行いたい団体の方はぜひ、ご連絡ください！



## 地域ケア会議の定例報告

令和4年度 第1回定例会 (令和4年6月1日開催)

地域ケア会議構成員：塚田地区社会福祉協議会/塚田地区自治会連合会/塚田地区民生児童委員協議会/中央保健センター/生活支援コーディネーター/船橋歯科医師会/船橋総合病院/東武塚田クリニック在宅ケアセンター/船橋あさひ苑/つかだケアセンター爽やかな風/コスモス成年後見サポートセンター千葉県支部/行田団地自治会(順不同)/事務局(塚田地域包括支援センター)

### 1.新構成員紹介

今年度より行田団地自治会が構成員に加入しています。



### 2.地域課題、今年度の計画について

- ・閉じこもり・孤立化対策の充実  
新興住宅地へ相談場所や関係団体の周知を実施。
- ・認知症対策の充実  
「なんで認知症になっちゃうの？」講演会を開催予定です。
- ・地域資源ネットワークの構築  
地域ケア会議構成員と塚田地区の介護事業所の交流会を、7月14日に行います。

### 3.各構成団体の活動報告

コロナ禍で休止していた活動の再開状況を共有しました。

### 4. 行田団地医療福祉課拠点事業について

令和4年秋に生活アドバイザー職員が配置されます。  
5月14日 防災まつりが開催されました。

## 塚田地域包括支援センター

〒273-0042 船橋市前貝塚町565-11  
塚田プラザ304

☎047-404-7221

相談専用ルーム  
あります

受付 月曜日～金曜日 午前9～午後5時

ホームページ [www.tsukada-houkatsu.itakura.or.jp](http://www.tsukada-houkatsu.itakura.or.jp)

