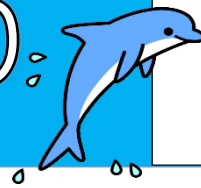


安佐・安佐南 地域包括だより



広島市安佐・安佐南
地域包括支援センター

〒731-0121

広島市安佐南区中須 2-19-6 3階

TEL (082) 879-1876

FAX (082) 879-7764

2021年7月発行 NO.61

広島市安佐・安佐南地域包括支援センターって？

安佐中学校区・安佐南中学校区で、総合的に相談を受けたり、介護予防の推進、権利擁護、虐待の早期発見・防止などの支援を行うセンターです。

知っておきたい 熱中症に関する大切な事

マスク着用により、熱中症のリスクが高まります！

マスクを着けると皮膚からの熱が逃げにくくなったり、気づかないうちに脱水になるなど、体温調整がしづらくなってしまいます。暑さを避け、水分を摂るなど「熱中症予防」に取り組みましょう。

🌀熱中症対策について🌀

①暑さを避けましょう

涼しい服装や、日傘、帽子などを活用しよう。

②のどが渇いていなくてもこまめに水分補給をしましょう。

加齢によりのどの渇きに対する感覚が鈍くなります。

このため、のどの渇きを感じなくてもこまめに水分補給をする必要があります。

③エアコン使用時もこまめに換気をしましょう。

一般的な家庭用エアコンは、室内の空気を循環させるだけで

換気はおこなっていないため、こまめに換気をしましょう。



ちょっと待って！ こんな話は **詐欺** です！！

みなさんご存知ですか？広島県内の特殊詐欺の被害総額は、令和3年1月から4月の間で、1億2千万円を超えています。これは前年同月比で倍増の金額です。中でも、オレオレ詐欺の被害額は全体の半数を占める約5,900万円。被害者はすべて65歳以上だそうです。自宅の電話に「病院でカバンをなくした。お金を貸してほしい」などと焦燥感をあおる電話があり、現金を渡すなどの被害にあうことが多いです。

最近では、「ワクチン接種の予約代行をする」「後日全額返金されるので10万円を振り込めば、ワクチン接種ができる」など、新型コロナウイルスに便乗した詐欺が増えています。

困った時は、一人で悩まず広島市消費生活センター
(☎082-885-3300)にご相談ください。



2021年 <7月・8月・9月の地域包括支援センターの予定>

- 7月5日(月) ①13:30～ ②14:30～ *①・②共同じ内容です。
大町集会所 のびのびサロン「介護予防の話」
- 7月14日(水) 13:30～14:30
安東公民館 やすひがしはつらつ塾「栄養について」
- 8月2日(月) ①13:30～ ②14:30～*①・②共同じ内容です
大町集会所 のびのびサロン「じょうずに食べて元気に長生き」
*①・②とも同じ内容です。
- 9月6日(月) 13:30～14:30
大町集会所 のびのびサロン「お口の若返りチャレンジ」
- 9月8日(水) 13:30～14:30
安東公民館 やすひがしはつらつ塾「消費者被害について」
- 9月15日(水) 10:00～12:00
毘沙門台学区集会所「認知症はじめて教室」

※コロナ感染拡大防止の関係で予定が変更になる場合があります。

お問い合わせ先

広島市安佐・安佐南地域包括支援センター 電話：082-879-1876

※この広報誌は各町内会、学区社会福祉協議会等のご厚意により回覧させて頂いております。

