



今年の夏も「危険な暑さ」と言われるほどの猛暑でした。長い夏も終わり、やっと秋の涼しさを感じられるようになりましたね。暑さのために外出を控えていた方も多いのではないのでしょうか。秋は美味しいものがたくさん出てくる時期で食欲も増しますね。涼しいこの時に運動も取り入れながら体力を取り戻しましょう。



地域ケア会議を行いました



「高齢者の消費者被害について」

日時：令和 6 年 8 月 22 日(木) 13:30～15:00

場所：四季が丘せせらぎ園 地域交流ホール

廿日市警察署と消費生活センターから講師をお招きし、はつかいち中部圏域の民生委員や居宅介護支援事業所のケアマネジャーの方々を対象に、“高齢者の消費者被害”について講義をしていただきました。

警察の方からは、特殊詐欺や廿日市の事例、警察の役割について説明がありました。特殊詐欺とは“電話による対面することのない詐欺”のことで、還付金詐欺や架空料金請求詐欺などがあります。「今日が期限です」「法的措置に移行します」などと相手を不安にさせる言葉を使い、正常な判断ができないようにさせるそうです。特殊詐欺は、高齢者の被害が特に多いとのこと。被害を防ぐためにも、不安なことが起こったら、まずは誰かに相談することが大切です。

また、最近では SNS を悪用した投資詐欺も急増しているそうです。「投資をすれば儲かる」などの、インターネット上の投稿や広告を安易に信用しないように注意していきましょう。

消費生活センターの方からは、センターの役割や消費者被害の現状について説明がありました。被害に遭った事例としては、一人暮らしの高齢者の生活に入り込み、家族が帰省した際に発覚したということがあるそうです。本人の「取り戻したい」という意思がないと介入は難しいそうですが、どんな些細なことでも諦めてしまわず、消費生活センターに相談してほしいということでした。

高齢者の消費者被害を未然に防ぐためには、周りの人がいつもと違う様子に気付いて声掛けをし、相談機関につなぐことが大切ということ、支援者みんなで確認できた良い会議となりました。



ある日のテク子さん

今年の夏は、今までに経験したことがない猛暑でしたね。カツ男さんは体調に気を付けて過ごしていたのですが、8月に带状疱疹になってしまいました。痛みが続き、食欲も低下して、筋力低下が起きました。グラウンドゴルフも100歳体操も休んでいます。近所の友人からは「一緒にデイサービスに行ったらリハビリしようやー」などの話もありましたが、まだそこまでの気持ちにならなかったカツ男さん。带状疱疹も回復してきたので、テク子さんと一緒に、体力や筋力回復の為に何か方法はないものかと、包括支援センターに相談に行きました。



そこで包括職員より現在の状況、困っていること、カツ男さんがどのように生活したいかなどの聞き取りがありました。日頃口数の少ないカツ男さんですが、「以前のように、仲間とグラウンドゴルフをして、妻と一緒に100歳体操に行きたい。」とはっきり答えました。チェックリストの結果、事業対象者に該当したカツ男さんに、廿日市市が行っている「短期集中型訪問サービス」はどうかと提案。リハビリ専門職が3ヶ月定期的に自宅を訪問し、目標に向かっての助言や指導を行うサービスです。カツ男さんがこれなら頑張れそうということで、サービス利用の手続きを経て、今月から始まります。3ヶ月後の年末年始に向けて「体力・筋力回復計画」開始です！



廿日市市短期集中型訪問サービスとは？

理学療法士や作業療法士、言語聴覚士、管理栄養士が自宅を訪問し、あなたに合った短期集中的な指導で具体的な生活目標に向けた相談支援を行います。一緒にあなたの やりたい！ こうなりたい！ を叶えるサービスです！

※治療を目的としたサービスではなく、利用者自身の自立や社会参加を支援するものです。

●対象者：事業対象者、要支援1または要支援2の人 ●サービス料：無料

●サービス利用期間：約3ヶ月(12回まで)、1回あたり30分または60分

たとえば・・・

- よくこける
- ふらつきがある
- 調理や掃除が難しくなった



- 6ヶ月で体重が2～3kg減
- 食欲がない
- 肉や魚などをあまり食べない



- 声が出にくい
- 飲み込みにくい
- よくむせる



理学療法士・作業療法士による訪問

- 自宅や周辺での動作確認・動作指導
- 環境整備(手すりや家具の設置等)
- 外出に関する助言・指導

管理栄養士による訪問

- 適切な食事量確認や食品の選択・助言
- 簡単料理や加工食品の活用等の紹介
- 栄養バランスの良い食事のための助言

言語聴覚士による訪問

- 言葉や聴こえ、発声・発音の支援・指導
- 食べる力(摂食・嚥下)の動作改善
- 社会参加へ向けた提案

広島郷土料理

角寿司



お祭りや法事、お客さんをもてなす時などにふるまわれる料理。

四角い木枠に酢飯と具材をつめ、押して作る押し寿司です。上の飾りとなる具材、中にも甘辛く煮た具をはさみます。形が四角いことから角寿司と呼ばれます。

昔はこの家にも木枠がありました。行事ごとには欠かせない料理であり、お祭りの前日などは張り切って早くから準備をし、近所の人と集まって作る事も多かったようです。

近所に配ったり、お土産としても用いられました。



発行元：地域包括支援センターはつかいち中部

住所 廿日市市宮内 4286-1 ☎0829-20-4580 FAX0829-20-4590

営業時間 8:30～17:15(土・日・祝休み) 訪問も致します。お気軽にご相談ください。