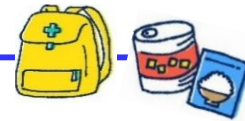


夏休みボランティア体験教室 世代を超えてみんなで防災学習



暑い8月の大雨、寒い1月の地震、もし川越町で大きな災害が発生したら何を持って逃げますか？季節にあわせた非常持ち出し品を選ぶことで、避難後も心身共に健康な状態を保ちやすくなります。

令和8年熊本地震発生から数日の夏休み、町内の小中学校の子どもたちと川越町防災ボランティア・ネット、四日市看護医療大学の学生の方々と防災について学びました。生活でどんなことに困るのか、その困りごとを防ぐ、減らすためにどのような備えをしておくか、良いのかを皆で考え、それらをたくさんの人に広められるように掲示物を作成しました。

掲示物はボランティア活動拠点施設「ささえあい」にて掲示しています。大切な命と健康を守るきっかけになれば幸いです。是非ご覧ください。



四日市看護医療大学
たじ じゅんいちろう
多次 淳一郎 先生



わくわく交流会



町内児童館とのコラボ事業。高齢者との触れ合いを通じて、高齢者とは？どんな助けを必要と感じているのか？を考えるきっかけを目的として開催しています。

7月22日おひさま児童館、7月29日 つばめ児童館にて開催し、10名の児童と5名の高齢者に参加していただきました。

まずは自己紹介！皆さん少し緊張気味でしたが一緒に高齢者の特徴について学んでいく過程で少しずつ会話が生まれ、表情もほぐれていきました。

その後は一緒に折り紙やあやとり、おはじき大会をして楽しみました。お互いをやさしく見つめ相手に合わせてお話をする様子はとても微笑ましく、とてもあたたかな気持ちになりました。ご参加いただいた方ありがとうございました。

川越町地域包括支援センター

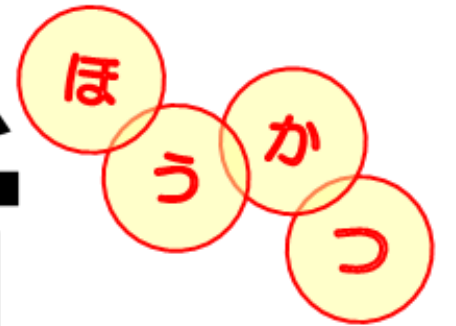
新しい仲間の紹介



葛山 利和
かつらやま としかず

8月より主任介護支援専門員として地域包括支援センターに配属となりました葛山(かつらやま)と申します。皆様が住み慣れた町でこれからもいきいきと過ごせるように支援していきたいと思っています。よろしくお願いいたします。

川越町 地域包括 支援センターだより



★夏休みボランティア体験教室
防災ワークショップ



★わくわく交流会

CONTENTS

- アルツハイマー月間の取り組み ■健康なるほど！ミニ講座
- 世代を超えてみんなで防災学習 ■わくわく交流会
- 川越町地域包括支援センター新しい仲間の紹介

発行:川越町地域包括支援センター（豊田一色314）
TEL：365-9999 FAX：365-2940
E-mail：kawafuku@ccnetmie.ne.jp
HP：https://www.kawagoe-shakyo.com/

川越町社会福祉協議会内の地域包括支援センターページへ簡単アクセス



アルツハイマー月間の取り組み

「国際アルツハイマー病協会」は、1994年に世界保健機関と共同で毎年9月21日を「世界アルツハイマーデー」と制定し、この日を中心に認知症の啓発を実施しています。また、日本でも2024年1月に施行された「共生社会の実現を推進するための認知症基本法」において、国民の間に広く認知症についての関心と理解を深めるために毎年9月21日を「認知症の日」、9月を「認知症月間」と定めています。

9月に行った認知症の啓発活動や当センターで取り組んでいる認知症施策をご紹介します！

あいあいセンター図書館

アルツハイマー月間に合わせてあいあいセンター図書室に認知症に関する本を集めた特設コーナーを開設していただきました。認知症本人やご家族の思いを知ることができる本が揃っているので、図書室に行かれた時は、ぜひ手に取ってみてください。



もの忘れ相談室



本人やご家族のちょっとしたものの忘れや専門病院の紹介など相談員がお話を伺います。また必要に応じて検査を行います。お気軽に当センターまでご相談ください。

認ニン！教室

毎月1回 10時～11時30分
健康運動指導士によるストレッチ、脳トレ等身体を使った運動やピアノ講師の生演奏による歌唱指導で記憶力の向上や誤嚥予防を図ります。



土曜個別介護相談会

毎月第2土曜日 9時～12時
平日に仕事等で相談に来れない方向けに相談会を開設しています。介護や生活のお困りごと、車いすの貸し出しなどご相談ください。



認知症カフェ



認知症の方やそのご家族、認知症を予防したい方などが参加していただいております。気軽にお話ができる場所です。町内4事業所が実施しており、地域包括支援センターが共催しています。参加ご希望の方は当センターまでご連絡ください！

ろばカフェ

主催：川越町デイサービスセンター
開催日：奇数月第2土曜日

きらくカフェ

主催：きらくデイサービス
開催日：不定期

ほほえみカフェ

主催：特別養護老人ホームほほえみ
開催日：毎月第3金曜日

メダカフェ

主催：愛の家グループホーム三重川越町
開催日：不定期

問い合わせ：川越町地域包括支援センター 059-365-9999

健康なるほど！ミニ講座

1.インフルエンザや新型コロナウイルス感染症等の対策

暑い夏もようやく終わり10月が始まりました！そろそろ肌寒くなってきましたね。気温が下がるにつれて皆様に気をつけていただきたいのは、インフルエンザや新型コロナウイルス感染症といった「感染症」です。

気温が下がっていくと、人間の体温も下がりやすくなり、免疫機能の低下が起こります。またこの時期の乾燥した空気は、ウイルスが長く滞在して体内へ入りやすくなる為、常日頃の対策が必要です。

①手洗い



手を洗うことは非常に有効な対策です。外出先から帰宅したとき、トイレ後、食事前などその都度きれいな手を保つことが重要です。

②咳エチケット

インフルエンザや新型コロナウイルス感染症は咳やくしゃみをする際に口から発生する水滴（飛沫）によって感染します。（飛沫感染）
・他人に向けて咳やくしゃみをしない。
・咳やくしゃみが出る時はマスクをする。
・手のひらで咳やくしゃみを受け止めたら手を洗う。
この3点の咳エチケットを保ちましょう！



③換気



厚生労働省は「一人あたり1時間に30㎡/h」の喚起を推奨しています。一般家庭であれば「1時間に5分～10分程度の窓開け」が推奨されています。

2.寒い時期に気をつけたい食中毒やノロウイルス

ノロウイルスは二枚貝（牡蠣やホタテなど）を生の状態や過熱が十分にされていない状態で食べることによって起こります。感染者の便や吐しゃ物からも感染することがあり、発症から24～48時間で吐き気や下痢・発熱等の症状が出るのが特徴です。

①手洗い



ノロウイルスを含め、食中毒の予防にも有効です。指と指の間や親指の付け根、手首の周りまで洗ってください！

②加熱

ノロウイルスの活性を失くすために中心部が85～90度で90秒以上の加熱が望ましいです。



③消毒



ノロウイルスはアルコール消毒では倒すことができません。次亜塩素酸ナトリウムを使用してください。塩素系漂白剤でも代用できます！感染者が出た場合は換気、部屋・食器の消毒をしてください。

参考文献：厚生労働省・仙台市