



法典ほうかつ便り

平成 30 年：3 月号

今月のテーマ「誤嚥性肺炎に注意！」

誤嚥性肺炎とは、飲み込みがうまくいかず、本来入るべきではない気管から肺に食物や唾液が入ることにより、細菌が繁殖し炎症が起こることです。高齢者に多い病気です。

通常の肺炎は、**咳・発熱・痰(膿のような色)**が症状ですが、誤嚥性肺炎は、**普段と比べて元気がない・食欲がない・息切れがする**など多い症状のため注意が必要です。熱が出ていなくても、いつもと調子が違う時は、早目に受診をするようにしましょう！



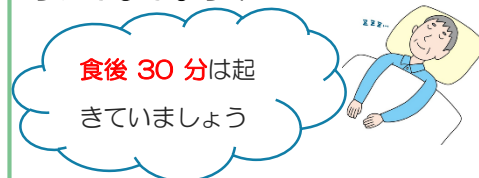
～誤嚥性肺炎の予防～



①口の中は清潔にしましょう！
(義歯の手入れ・舌の上の洗浄も行いましょう)



②食べた後はすぐに横にならないようにしましょう！



③口や舌の体操を行いましょう！



積極的に口や舌を動かして、口の筋肉を鍛えましょう！

④肺炎球菌の予防接種を受けましょう！

ワクチンの予防効果は高いので 65 歳以上の方は接種しましょう！



<3月～5月の主な予定>

- 3/8 (木) 法典地区地域ケア会議 (法典公民館)
- 3/25 (日) Cafe はやて (デイサービスはやて：認知症カフェ)
- 5/27 (日) Cafe はやて (予定)
- 5月ごろ もりおかさん家 (出張相談)

～消費者被害防止に向けて～

2月15日、消費者トラブル防止に向けての内部研修を行いました。

今回は、消費生活センターの相談員さんをお招きして、最近の消費者トラブルの事例やその対処法についてお話を頂きました。地域包括支援センターとしても地域の身近な相談窓口として、今後も消費生活センターと連携を図っていききたいと思います。



消費者トラブルを防ぐために地域でできることは？

【積極的に地域でのコミュニケーションを取りましょう】

コミュニケーションはお互いの変化に気づくことに繋がります。地域で悪質商法防止の対策に取り組むことが地域の防犯力もあげることになります。

【しつこい 業者対策】断っても何度も訪問する業者に対して、「訪問販売お断り」のステッカー等の活用やインターホン越しや複数人で対応するなどが効果的です。

【効果的なお断りの言葉】「いきりません」「お帰り下さい」とはっきり伝えましょう

【消費生活に関する知識の普及】悪徳商法に関する情報を、自分の地域でも起こることと考え、回覧板で情報を得るなどして地域でできることを考えていきましょう。

第 1 回認知症サポーターレベルアップ勉強会開催 (1 月 27 日)



認知症サポーター養成講座を受講後に、さらに認知症の知識を深めたい、認知症の方への対応力を身につけたい方などを対象に勉強会を開催しました。当日は 31 名の方が参加され、講師に小規模多機能型居宅介護や訪問介護事業所の専門職の方に担って頂きました。