

逢妻地区の高齢者相談窓口

ほっとかん地域包括支援センターだより

28年度2号

新しい職員が加わり、5人体制となりました。
逢妻地区の高齢者の方々が安心して相談できる窓口をめざし
活動をしていきますので、よろしくお願いいたします。



ほっとかん地域包括支援センターは
逢妻地区で暮らす65歳以上の方の介護・福祉
健康・医療等の総合相談窓口です。
豊田市からの委託事業ですので
安心してご相談ください。

☎ 0565-36-3006

担当： 児玉・進藤・岩崎・畔柳・谷坂



逢妻地区 家族介護交流会を開催しております

ご家族を介護されているみなさま

日頃抱えているお悩みを分かち合いませんか？過去に介護をされていた皆さま、経験談をお話しいただきませんか？

お気軽にご参加ください☆



開催日	内容	会場
8月18日 (木) 全日 13:00~		
9月15日 (木) 1時間程度	◆座談会◆	西部コミュニティセンター
10月20日 (木)	介護保険制度や豊田市の事業等	2階 和室 (豊田ほっとかん)
11月17日 (木)	介護に関するお役立ち情報の	※変更になる場合があります
12月15日 (木)	ご案内	
1月19日 (木)		

こわ~い熱中症について

「熱中症が起こりやすい時期」

梅雨明けした今の時期や8月の日中、最高気温が高いときに熱中症は起こりやすくなります。体が暑さに慣れておらず、上手に汗がかけずに体温調整もうまくできません。特に高齢者では感覚かにぶくなることもあります。

「どんな症状がでるの？」

熱疲労 大量に汗をかき水分の補給が追いつかないと、身体が脱水状態になり、熱疲労の症状が現れます。

- ・全身倦怠感 ・嘔吐 ・頭痛 ・判断力や集中力の低下

熱射病 体温の上昇により中枢神経に異常をきたした状態です。意識障害がみられることもあります。

- ・体温が高い ・呼びかけや刺激への反応が鈍い ・言動が不自然 ・ふらつく

熱失神 皮膚の血管が広がることによって血圧が低下、脳の血流が減少して起こる。

- ・めまい ・一時的な失神 ・顔面蒼白

熱けいれん 大量に汗をかき、水だけを補給し血液中の塩分濃度が低下した時に足や腕、腹部の筋肉に痛みを伴った痙攣が発生します。

- ・筋肉痛 ・筋肉がけいれんする ・手足がつる

直射日光を避け適度に水分(塩分)補給をし今年の夏を乗り越えましょう！

