

ねっとわーく通信

高齢者のみなさん

熱中症 に気をつけてね!



なぜ、
高齢者は熱中症に
なりやすいの？

おもな原因は…

- 》暑さを感じにくくなっている
- 》体温を下げる調節機能が弱くなっている
- 》体の中の水分量が少なく、脱水状態になりやすい
- 》のどの渇きを感じにくくなっている



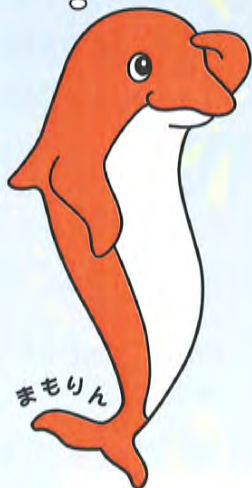
だから…

- ★エアコンや扇風機を上手に活用
- ★室温が28度を超えないように
- ★のどが渇いていなくても、食後や入浴前後、
寝る前にも水分補給
- ★枕元にもペットボトルを
- ★外出するときは日差しを避けて、
まめに休憩、まめに水分補給



朝夕でも油断は禁物、一日中気をつけて熱中症を予防しましょう！
周りにいる人たちの見守りと声かけも、とても大切です。

元気で
イルカな？



まもりん

目黒区高齢者見守りネットワーク
「見守りめぐねっと」
とは…

地域の皆さんが、高齢者の「ちょっと気がかり」なことに気づいたとき、包括支援センターへ連絡いただくことで、高齢者をゆるやかに見守っていく取り組みです。

熱中症の予防や重症化の防止のためには、一人暮らし高齢者などへの周囲のかたの見守りが大切です。

高齢者の熱中症で気になることがありましたら、各地区の包括支援センター(⇒裏表紙参照)へご連絡ください。

一支え合いの心で、高齢者に安心なまちを—

＊ クリーニング屋さん



ニューパリークリーニング 学芸大店
(碑文谷六丁目)

クリーニング屋を始めて約20年、その前は八百屋をしていました。長い間、この地域で生活しています。人との関係は巡りあわせと感じています。朝の7時半から夜10時まで開店しているので、近所の高齢のかたには、おせっかいながら声をかけています。まさに、**見守りめぐねっとな**と感じています。

＊ 肉屋さん

昨年度より、目黒区内の食肉組合は、**見守りめぐねっとな**に参加しています。

店頭にいると、高齢で気にかかるお客様に気付くことがあります。店員とお客様の関係では、なかなか詳しいことはお聞きできません。しかし、高齢者の相談窓口の包括支援センターを案内することはできそうです。

今後も、地域の方の支えになるよう、見守り活動を続けていきます。



橋木屋肉店 (八雲一丁目)

引き続き
ご協力をお願い
いたしまーす!!



＊ 美容院さん

この地域で長く開業しており、古くからの常連のお客様にたくさんお越しいただいています。その中でも、高齢になり来店が難しいかたには、区の制度ができる前から、カットのための訪問を実施してきました。お客様のご自宅に伺うため、気を配ることも多く大変ですが、仕事を離れてのお付き合いということも意識して訪問しています。

これからも、常に地域に根付いたサービスを心がけていきます。



ママ美容室 (下目黒五丁目)

見守りめぐねっとな

元気でイルカな?

高齢者の「ちょっと気がかり」なことに気づいたら

北部包括支援センター	5428-6891
東部包括支援センター	5724-8030
中央包括支援センター	5724-8066
南部包括支援センター	5724-8033
西部包括支援センター	5701-7244

(目黒区健康福祉部地域ケア推進課)

見守りめぐねっとなカードは、各包括支援センターで配布しています

今回は、各包括支援センターの職員が、地域の協力事業者の皆さんに、**見守りめぐねっとな**の日々の活動についてお聞きしました。



はんきで
イルカな?

＊ おせんべいやさん



八幡煎餅 (東山一丁目)

戦前に代々木八幡宮の近くで開業、昭和28年に池尻大橋に移転し50年以上になります。

幅広い年齢層の方に召し上がっていただける商品を置いてますが、やはりお客様は高齢のかたが多いです。買い物途中でお疲れになったお客様には、椅子をお出しすることもあります。また、荷物の多いお客様には、酒屋さんと共同で無料配達をしています。

これからも**見守りめぐねっとな**の協力事業者として、地域の高齢のかたを、ゆるやかに見守っていきます。

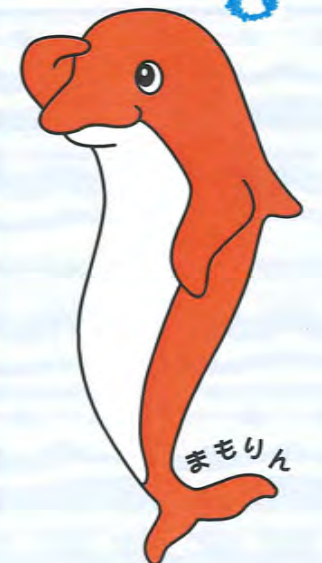
＊ コンビニエンスストアさん

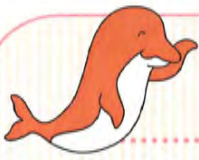
見守りめぐねっとなに平成23年1月から参加してます。ある時、よく来ているお客様のお金の出し方の変化に気づき、包括支援センターへ相談したことがありました。

高齢のお客様との日頃の会話から、変化に気付くこともあるので、配達時には積極的にコミュニケーションをとっています。民生委員もしているので、地域の見守りも頑張っています。



ヤマザキショップ碑文谷1丁目店
(碑文谷一丁目)





見守りめぐねっと・この1年の取組み

◆ 防災・救急医療情報キットの配布

ひとり暮らしの高齢者や障害者の、医療情報や緊急連絡先などを記入して冷蔵庫に保管し、災害や救急・救命時に活用します。約6千人のひとりぐらし等高齢者登録者へ、民生委員が配布をしました。また、各包括支援センター窓口では希望者への配布を継続しています。

◆ 高齢者見守り訪問事業が4月から本格実施

地域の見守りボランティアが、ひとりぐらし等高齢者登録をしている希望者宅を、訪問したり戸外から見守る事業です。平成26年3月末現在の登録者は、高齢者80名、ボランティア134名で、見守り実施件数は64件です。

◆ 地域での顔の見えるネットワークづくり

平成25年度は、精肉店などが新たに協力事業者として加わり、登録事業者は平成26年3月末現在で330件に増えました。

各包括支援センターの職員が、地域の協力事業者を訪問し、ステッカーやねっとわーく通信を配布することで顔の見えるネットワークづくりを継続して進めています。

◆ 協力機関連携会議の開催

7月17日は、詐欺・空き巣被害の状況、消費者被害の状況などについて、12月11日は、防災・救急医療情報キットの活用状況、孤立死の現状と防止対策などについて、それぞれ協力機関の職員と情報交換を行い連携を深めました。

◆ 目黒区高齢者見守りネットワーク連絡会の開催

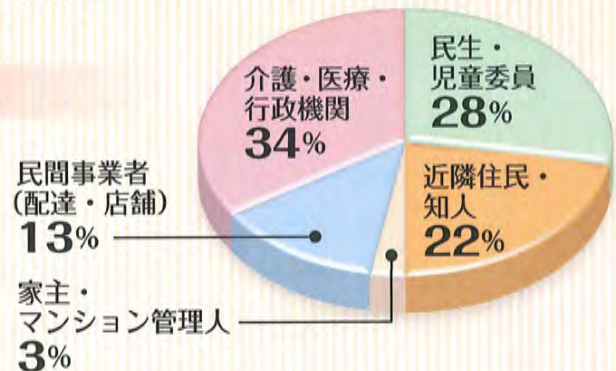
平成26年1月24日、目黒区総合庁舎大会議室で、第5回目黒区高齢者見守りネットワーク連絡会が開催されました。**見守りめぐねっと**の協力団体・協力機関・協力事業所や包括支援センター職員及び区関係機関などが出席し、火災予防・熱中症予防への取り組み、地域連携コーディネーターの活動など、1年間の取り組み状況の報告・今後の取り組みについて意見交換を行いました。



◆ 平成25年度の通報・相談件数は 341件

高齢者の見守りや安否確認について各包括支援センターに寄せられた通報や相談(本人や親族以外からのもの)は、341件でした。

通報・相談者の内訳は右グラフのとおりで、民生・児童委員と近隣住民・知人を合わせると全体の半分以上を占めています。



高齢者の「ちょっと気がかり」なことに気づいたら

北部包括支援センター	5428-6891
東部包括支援センター	5724-8030
中央包括支援センター	5724-8066
南部包括支援センター	5724-8033
西部包括支援センター	5701-7244

まもりん今日このごろ

区のホームページで、まもりんの日頃の活動をお知らせしています。

目黒区まもりん今日このごろ

検索

