



干支で暗算にチャレンジしてみよう♪

「子→1」「丑→2」「寅→3」の順に、十二支に番号を振ったとき、次の計算式に当てはまる干支を考えてみましょう♪



例) + =
子(1) + 卯(4) = (辰)5

数字の合計は " 5 "
干支の答えは“辰(たつ)”

チャレンジ① (初級編)

+ - = ?
申() + 寅() - 卯() = ?()

チャレンジ② (中級編)

× =
丑() × ?() = 酉()

チャレンジ③ (上級編)

÷ + = ?
亥() ÷ 巳() + 未() = ?()

※ 答えは... 3ページ右下にのってます (^_^)

柳川市保健福祉部福祉課 「柳川市地域包括支援センター」
柳川市三橋庁舎 1階 ⑤番窓口柳川市三橋町正行431番地
☎ 75-6321

柳川市地域包括支援センターだより

令和2年夏号

地域包括支援センターとは...
高齢者のみなさんが住み慣れた場所で生活を続けられるように介護・福祉・保健・医療の面からのサポートを行うための総合相談窓口です。

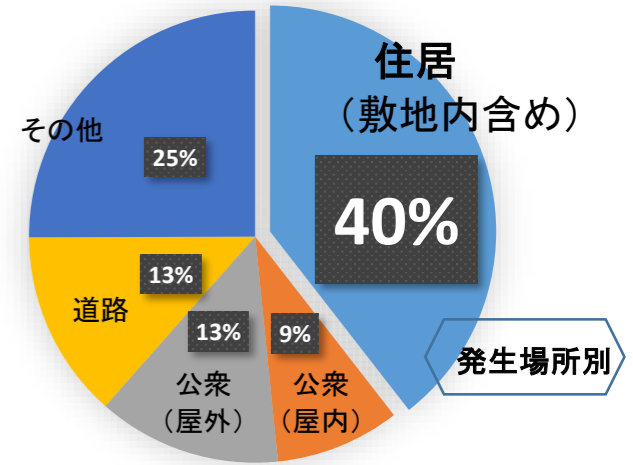
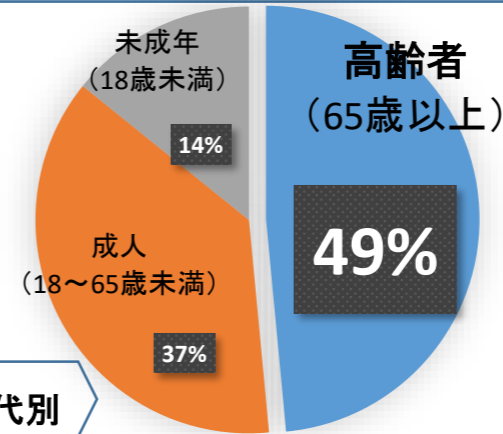
のどが渇く前に水分補給を!

熱中症に注意



高齢者は若年者と同じ程度汗をかくと、脱水状態に陥りやすく回復しにくいという報告があります。脳の脱水を察知する能力が低下するため脱水が進んでものどの渇きがおこりにくくなります。そのため、高齢者はのどの渇きが起こらなくても、早め早めに水分を補給する必要があります!

熱中症で緊急搬送者の内訳データ



消防庁より情報抜粋: (H25年~H30年) 緊急搬送人員計341,642人 ※6~9月調査統計

熱中症により、毎年4万人以上の方が緊急搬送されています。年代別の内訳としては、**高齢者が約50%**を占め、発症場所は**約40%が住居**で発生しています。家の中の熱中症に十分にご注意ください!!

高齢者の活動時に注意するポイント (環境編)

- 見守る人がいない間の過ごし方
- 室温や湿度
- 風通し、換気
- 日当たり



☆柳川☆初！！

もしバナカードを使って「もしものための話し合い」を開催しました

7月8日、三橋地区の北村水天宮サロンの皆さんと「もしも、あなたが半年の余命だとしたら、人生の最期にどうあいたいかな」をテーマに「もしバナカード」を使って、人生会議を行いました。参加された方からは「自分の言葉では出てこない思いがいろいろわかった」「面白く遊んだ、自分が少し見えた」と感想をいただきました。



「もしバナゲーム」とは、カードを使って、あるテーマについて遊びながら話し合っていくゲームです。

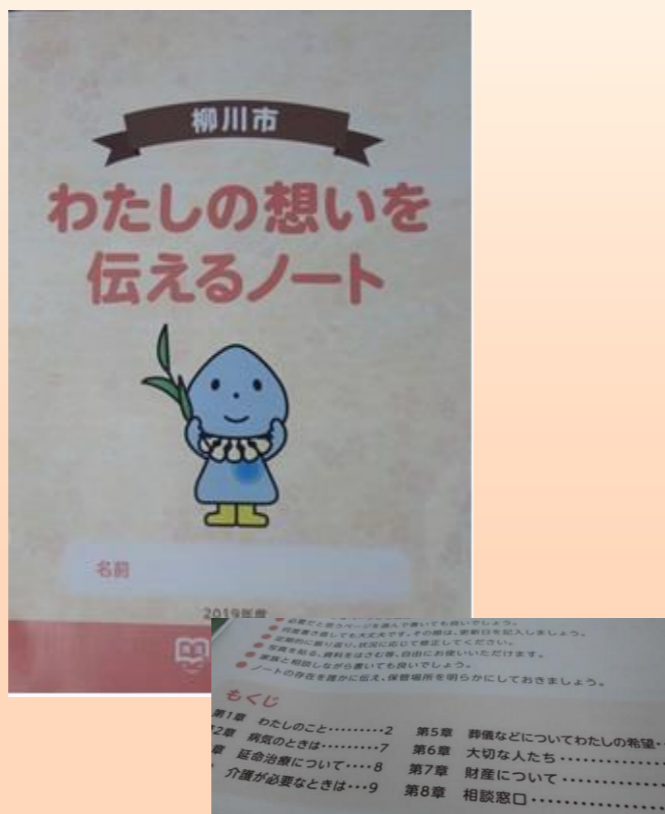


「人生会議」って何？
…アドバンス・ケア・プランニングの愛称、略してACP

アドバンス・ケア・プランニングとは、大切にしていることや望み、どのような医療やケアを望んでいるかについて、自ら考え、信頼する人たちと繰り返し話し合うことを言います。

「わたしの想いを伝えるノート」は、これまでの人生、自分の思い、これからのことなどをわかりやすくまとめることが出来るノートです。「わたしの思い」をノートに書いてみませんか？

地域包括支援センター（まつなが）がお手伝いいたします。お気軽にご相談ください！



大和地区民生委員定例会で地域包括支援センターについてお話をさせていただきました！

7月15日(水) 大和地区民生委員定例会で、地域包括支援センターの総合相談業務、医療介護連携推進事業、認知症地域支援推進員の事業の説明をしました。

★民生委員35名にアンケートをとらせていただいた結果★
質問1「包括がどういった機関かご存知でしたか？」

- 知っていた(24名)
- 知らなかった・今日初めて知った(10名)
- その他(1名)



質問2「日ごろ民生委員活動で困難に感じることはありますか？」

- 頻繁にある(1名)
- 時々ある(20名)
- あまりない(14名)
- 全くない(0名)

具体的なには？

「経済的なこと、身体の不自由さ」「どこまでその人に(支援し)踏み込んでいいかわからない」「情報が得られない」「電話が通じない(住民がいる)」「福祉制度等をよく知らない」「コロナで訪問を嫌がられるかも…」など



新規相談件数(令和2年4月～6月)

【相談者】

	4月	5月	6月
本人	13	6	10
家族	21	28	44
ケアマネジャー	13	2	3
その他	20	25	33
	67	61	90

【相談内容(内訳)】

	4月	5月	6月
介護サービス	31	23	29
住宅改修・福祉用具	9	7	16
施設入所	3	3	10
認定手続き	5	3	9
虐待	0	2	2
認知症	5	6	6
退院後の生活	4	4	8
民生委員・警察より相談	2	7	8
その他	18	14	20
	77	69	108

6月は、ご家族からご相談をたくさんいただいています。お気軽にご相談ください！



☆ 脳の体操の正解 ☆

チャレンジ1 「未」 … 申(9)+寅(3)-卯(4) = 未(8)

チャレンジ2 「辰」 … 丑(2)×辰(5) = 酉(10)

チャレンジ3 「酉」 … 亥(12)÷巳(6)+未(8)=酉(10)

