



阿南東部高齢者お世話センターだより

阿南高齢者お世話センター ホームページはこちら→



阿南市宝田町今市
金剛寺43
TEL 22-4577
FAX 22-4622

令和6年12月号

✂にっこりサロン 介護保険のおはなし🕒

11月19日ににっこりサロンに参加しました。にっこりサロンは牛岐城公園で隔週火曜日に活動しています。

19日は脳トレで記憶力ゲームをしました。机の上に日常で使うもの15点を置きます。新聞紙やはさみ、目覚まし時計などです。しばらく眺めて記憶したのちに、布をかぶせて隠します。何個思い出せるか？スラスラと思い出せるものもあれば、どうしても最後の1個が思い出せない・・・そして、同じゲームを2回行くと、不思議なことに前回とは違うものを忘れていきます。覚えるときは「丸いもの」「文房具」「食べ物」等、自分なりに種類分けすると覚えやすいそうです。たとえ全部思い出せなくても、思い出そうとして頭を使うことに意義があります。

次に、介護保険のお話をしました。介護保険料は40歳以上の方が納めています。第1号被保険者（65歳以上の人）は申請するにあたって、特に原因となる病気は問われません。介護や支援が必要であり、介護サービスを利用したい意向があれば、申請することができます。第2号被保険者（40～64歳の人）は、特定疾病と言われる病気に限り、申請することができます。

介護認定にはかかりつけ医による「主治医の意見書」が必要であり、日頃身体を診ていただいている医師に、依頼する必要があります。それと、自宅や入院先等で認定調査を受けます。認定結果が通知されるまでに、約1か月かかります。

介護保険は、必要に迫られるまではあまりなじみのない制度だと思います。家族や身近な人が困っていたら、高齢者お世話センターにご相談ください。



🏠 悪質な訪問業者の注意しましょう 🏠

自宅に突然業者が訪問してきて、次のような悪質な方法で契約を結ぼうとします。

- 👁 リフォーム業者などが突然訪問して、「無料点検」を持ち掛けるなどして故意に瓦を壊したりしたうえで、不要な工事契約を結ぼうとします。
- 👁 不用品買取業者などが突然訪問して、不用品の無料回収や買取を持ち掛け、貴金属やブランド品などを安価で強引に買い取ろうとします。

他にも、業者に家族構成、自宅の間取りや資産状況などを尋ねられ、ポロっと答えた内容が個人情報として犯罪グループに共有されるかもしれません。

突然の訪問は、①安易に自宅にいない②その場では契約しない、点検をさせないを徹底しましょう

徳島安全安心アプリ スマートポリス 11月25日配信より

🧐 認知症疑い、容易な検出手法開発 🧐



- 困っていることはあるか
- 楽しみはあるか
- 気になるニュースは何か



アルツハイマー病の疑いや軽度認知障害の疑いのある人を、上記の3つの質問で検出手法が開発されました。病気の兆候を早期に発見し、速やかな治療につなげることが期待されています。

認知症の高齢者は2060年には645万人、軽度認知障害の人を含めると3人に1人だと言われています。様々な薬が開発されていますが、軽度者が対象であることが多く、診断を受けた時には進行していて、薬の対象外となることも多いです。

🗉 「困っていることはあるか」の質問に対し、「ない」や「物忘れはあるが年のせいなので困っていない」と返答する。

🗉 「楽しみはあるか」の質問に対し具体的に回答する。

🗉 「気になるニュースは何か」の質問に対し「ない」か3か月以上前のこと、または具体性のない回答をした場合、アルツハイマー病のリスクが高まるそうです。

2つ目の質問に具体的に答えるのは、アルツハイマー病の人は、相手の話に合わせて自然に振舞おうと取り繕う傾向があるためと考えられています。

令和6年11月22日 徳島新聞より抜粋

小地域見守りネットワーク会議を開催しました

11月8日、富岡地区1か所、向原・豊益地区の小地域見守りネットワーク会議を開催しました。他の地区と同様に、空き家や高齢世帯、独居世帯が増えています。また、新しい住宅地ができ、そこには比較的若い世代が暮らしているようです。地域の様々な役員を担う人も減っていきつつあります。

“見守り”は高齢者だけでなく、子どもの安全にもつながると思います。どんな人が暮らしているか、ほんの少し気に掛け、機会があれば交流するようにしていきましょう。訪問販売や不審な事があっても、近隣と交流があれば、お互いに声を掛け合い情報を早めに入手することができます。

