

# ほうかつだより

第12号 令和5年12月発行

(発行)

広島市高陽・亀崎・落合地域包括支援センター  
住所) 安佐北区亀崎一丁目1-6 ジグラー高陽2階  
電話) 841-5533 FAX) 845-8811  
営業時間) 月曜日～土曜日 日曜日・祝日休み  
8:30～17:15 (窓口は9:00～17:15)

## ～みんなで取り組む

### 規則正しい生活を!

バランスのいい食事、十分な休養をとり、  
疲労回復にて体力・免疫力を高めましょう。



## 感染予防対策～

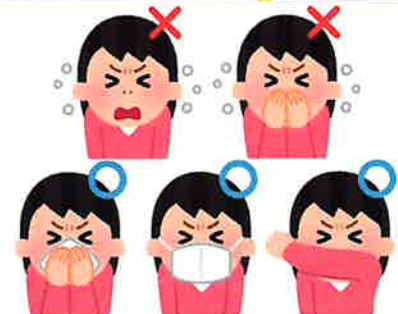
### 外出後は、うがい、手洗い

手洗いは石鹸を使って、丁寧に洗い、水分を  
十分にふき取りましょう。



### 咳エチケット

咳が出る場合にはマスクをつける等  
咳エチケットを心がけましょう。



### 正確な情報を収集

情報は刻々と変わりますので、常に新しい情報を確認しましょう。  
「広島市 感染」「厚生労働省 感染」で検索!!

皆さんはどのように感染症対策をしていますか?

新型コロナウイルス(COVID-19)が5類感染症となり、外出の機会も増えてきたと思います。今年はインフルエンザウイルスの流行も懸念されています。まずはしっかり免疫力をつけましょう!

免疫力ってなに?...

身体がウイルスを跳ね返す力です! 上の円グラフに書いてあるものは基本的な感染予防対策です。これらを心がけることで感染を食い止める確率を上げることができます。

一人一人が協力して自身にできることを行っていきましょう☆

もしかして…

# 高齢者虐待

いつも汚れた服を着ている…

心配だわ…

あざがあるけど、理由を聞いても話してくれない

毎日怒鳴り声が聞こえる…

お金が自由に使えないって言っている



気になることがあれば包括へご相談下さい。  
相談者のお名前が周囲に漏れることはありません。安心してご相談ください。

虐待をする人にも事情があることも多いです。  
例えば…本人に言っても聞いてもらえない  
終わりの見えない介護に追い詰められる



## 三好芳江の挑戦

令和5年元旦入社して…早いもので、もうすぐ1年になります。人生の節目のこの歳で転職し右も左もわからないまま、高陽包括支援センターの仲間入りをしました。分からない事が多過ぎて、変な汗をかきま

くりです。ですが!!優しい利用者様と、他事業者の皆様、包括の先輩方に助けられてここまでできました。まだまだスタート地点に立っただけで先は長いですが自分なりに頑張りたいと思っています。どうぞよろしくお願いたします。



趣味：笑うこと お笑い番組を観て笑うの大好き

ホームページ  
あります

ホームページから  
ご相談いただくこ  
ともできます。



高陽包括



## 住宅火災から逃げ遅れをふせぐ

### 住宅用火災警報器

住宅用火災警報器取り付けが義務化され10年以上が経過しました。

住宅用火災警報器は、一般的に設置後10年で内蔵の電池や部品が劣化し、電池切れや故障が発生しやすくなりますので、本体ごとの交換をお勧めします。

電池切れ・故障の有無は、本体付属のヒモを引っ張る、またはボタンを押す事で簡単に点検することができますので、半年に一度は作動の点検を行いましょう。

全国の住宅火災での死者数は年間千人前後で、そのうち約7割が高齢者です。さらに死者の約半数が逃げ遅れにより亡くなっています。

住宅火災発生時の逃げ遅れを防ぐため、住宅用火災警報器の適正な設置と定期的な点検・交換をしましょう。

住宅用火災警報器の販売目的で消防署が訪問することはありません。

ご相談は安佐北消防署予防課

082-814-4796