

# 野村訪看STだより

2019年度

令和元年9月1日



今年の夏も猛暑でした。そして、まだまだ暑さには注意が必要です。

そして、9月といえば台風。

自然の力にはかないませんが、様々な自然現象に対応する「減災」の取り組みも必要です。

9月は『防災月間』

個々人の防災対策と地域ぐるみの防災対策が必要です。

各地域の防災訓練に参加するとともに、ご家族で災害時の行動を確認してください。

## 災害時対策を家族で話し合おう



## いのちを守る7つのポイント（～3つの習慣・4つの対策～）

### 3つの習慣

- ・調理中、ガスから離れるときには必ず火を消す
- ・薬や必要な医療物品はまとめて決まった場所に片づける
- ・屋内の避難経路確保のために廊下には物を置かない

### 4つの対策

- ・家具の転倒防止対策をする
- ・3月、9月は非常持ち出し物品の点検（水、食料、懐中電灯、口腔ケア物品、薬等々）
- ・避難した時の家族の連絡方法を決めておく
- ・年に2回は避難場所までのルート確認と地域の危険箇所の確認



お花の手入れはやっぱりおばあちゃんが上手！



からだで覚えた  
ことはできる

ブラウスの上にシャツを着  
ていた。  
スプーンでうどん食べてい  
る。大変そう！

服の着方や道具の使い  
方がわからない

認知症になっても  
“私はわたし”



セールスの人でもかま  
わず「どうぞお入りください」  
って言っちゃう。よくある特殊  
詐欺っていうやつに騙されちゃ  
うかも！

状況判断ができなくなる

いつも探し物をしている

新しい事は覚えられない

同じことを何度も言う

年齢や季節がわからない

なれた道で迷う

“まりちゃん”は私のおばあちゃん。  
いつも「具合が悪い」と言っているのに普通に歩いている。  
ご飯もよく食べる。  
でも、冷蔵庫に入れ歯が入っていたり、冷凍ウインナーを枕にし  
て寝ていることもある。お母さんはよく怒っている。  
でも、“まりちゃん”は私のおばあちゃん！大好きだよ！

認知症の人と家族の会  
2018年 アルツハイマーデー  
リーフレット参考

おじいちゃんは車の運転をするけど  
「運転免許の返納」するんだって！  
バス券があるからどこでもタダで行ける  
から大丈夫だって言ってた。  
よかったね！



高齢ドライバーの交通事故が多発しています。  
誰もがつらい思いをしないために考えてください

医療法人財団 慈生会  
野村訪問看護ステーション  
三鷹市連雀地域包括支援センター  
所長・編集長 : 家崎 芳恵  
TEL 0422-47-5401