

「高齢者地域見守りネットワーク会議」

で市民が一体に!

11月14日(金)、公共団体や民間企業のボランティアで構成される「高齢者地域見守りネットワーク会議」を文化会館で開催しました。今年度は、協力団体が2事業所増えて64団体96人となりました。

会議では、ネットワーク発足後に会員の協力により地域包括支援センターに寄せられた相談が前年度の1.5倍に増えたことや、相談内容は介護に関する相談が多かったことなどを報告した後、悪質商法の事例により菊池市の状況を説明し、高齢者が地域で安心して暮らしていくための取り組みを協議しました。その後、悪質商法から高齢者を守るための講演会を行い、講師の県消費生活センターの石原堅志課長補佐は、「地域における見守りが消費者被害を防止するカギである」と話されました。

また、委員全員に高齢者の相談窓口案内として「高齢者地域見守りネットワーク」のステッカーを配布し、各事業所などの入り口やカウンターなど、市民の皆さんが分かる場所に貼ってもらうようお願いしました。

ネットワークの協力機関・団体にはこのステッカーが貼ってあります。お気軽にご相談ください。



文化会館で開催された会議



「高齢者地域見守りネットワーク」のステッカー

●市民の皆さんにお願いしたい高齢者の消費者被害を防止するための見守りのポイント!

- ① **高齢者の家に普段見かけない車が来ている**
訪問販売業者は車で移動しています。ワゴン車や県外ナンバーには注意を!
◆後で何の用だったのか声をかけてみてください。
- ② **自分の家に訪問販売業者のセールスマンが来た**
訪問販売業者は隣近所を訪問している場合があります。
◆近所の高齢者が必要ないものを契約していないか、後で尋ねてみてください。
- ③ **タダで景品をあげるので集まるように誘いに来た**
ハイハイ学校の可能性が大!
◆高齢者が出かけようとしている時は、行かないように説得してください。個人の家を借りてハイハイ学校の会場にしていることもあります。
◆ハイハイ学校で契約したのは1人だけではありません。他に誰がいたのか聞いてみましょう。
- ④ **高齢者の家に今まで見かけなかった品物があった**
訪問販売や電話勧誘販売で必要のないものを契約させられた場合があります。
◆どのような経緯で入手したのか尋ねてみてください。
- ⑤ **日頃から一人暮らしの高齢者に声をかけ、悪質な訪問販売などに気をつけるよう、また、被害にあったらすぐに相談するよう話しておいてください。**

◆事例
5年前に被害にあった高額な「悪質リフォーム工事」の代金を返金すると言って、男性が消費者宅を訪問し、当時の契約書を持ち帰ったという相談がありました。
相談者は70歳代の女性で、何度も訪問を断ったものの、押し切られて訪問の約束をし、老人会長が同席する中、男性3人が「保証協会です。必要な工事だったかどうかを調査します」と言って訪問。
相談者は、調査に必要な資料とされたので、当時の契約書を渡しました。男性が、床下や屋根裏を調査した後「不必要な工事だったですね」と言い、いつの間にか当時の契約書を返さずになくなったというものです。

◆アドバイス
以前の契約情報を入手して消費者宅を訪問しており、しかも当時の契約書を持ち帰っているのが、今後、訪問してきた何らかの契約を迫る可能性があります。
おかしいな、困ったなと思ったら、**早急に熊本県消費生活センターにご相談ください。**

1月の健康情報
☎096(385)3300 (24時間)

- 月: 肝硬変と肝臓
- 火: こむらがり(からすまがり)
- 水: 乳幼児のRSウイルス感染症
- 木: 骨粗鬆症と歯科治療
- 金: くも膜下出血
- 土/日: 熊本の救急医療について

菊池市地域包括支援センター嘱託職員を募集します

問い合わせ先(相談専用電話)
☎096(354)4835
※平日の午前9時~午後5時

資格要件 介護支援専門員や、保健師または、看護師の資格を有する人

募集人員 1人

内容 介護保険制度で要支援1・2と認定された人の介護支援計画の作成や訪問など

勤務先 菊池市地域包括支援センター(菊池市役所生きがい推進課内)

勤務日数 月に概ね120時間(月15日程度)

報酬 月額135,600円

申込方法 1月16日(金)までに、生きがい推進課包括支援係へ履歴書を提出してください

問い合わせ先 生きがい推進課包括支援係

おしらせ

INFORMATION

生活習慣病健診、特定健診(国保のみ)、後期高齢者健診、結核健診はお済みですか?

左記の日程で、健診を実施します。平成20年4月以降に、生活習慣病健診(19~39歳)、特定健診(国保のみ)、後期高齢者健診(満75歳以上)、結核健診(65歳以上)を受診していない人は、ぜひこの期間に受診してください。

とき 1月18日(日)~1月20日(火)

受付時間 午前8時30分~午前11時

ところ 菊池養生園(菊池広域保健センター)

料金

- 生活習慣病健診 2,000円
- 特定健診(国保のみ) 70歳未満 1,500円
- 70歳以上 800円
- 後期高齢者健診 800円
- 結核健診(65歳以上) 無料

その他 特定健診(国保のみ)を受ける人は、受診券が必要で

問い合わせ先 健康推進課健康推進係

石綿による健康被害の救済に関する法律が平成20年12月1日より改正されました

主な改正点

- ① 「特別遺族給付金」の請求期限が平成24年3月27日までに延長されました。
- ② 労災保険給付対象とならない人への救済給付について

① 特別遺族給付金や労災保険制度について

問い合わせ先

- 熊本労働局安全衛生課 ☎096(355)3186
- 熊本労働基準監督署 ☎096(362)7100
- 菊池労働基準監督署 ☎(25)31336

② 労災保険給付対象とならない人への救済給付について

問い合わせ先

- 独立行政法人環境再生保全機構 ☎0120(389)931

はたちの献血キャンペーンにご協力ください!

- とき** 1月14日(水) 午前9時30分~正午
 - ところ** 七城多目的研修センター
 - 内容** 400ml 献血
- とき** 1月22日(木) 午前9時30分~午前11時 / 正午~午後4時
 - ところ** 菊池市役所本庁舎正面玄関前
 - 内容** 400ml 献血

献血者が減少しがちな冬期は、献血用の血液不足が起きやすい季節です。このため、熊本県では1月から2月の2カ月間、成人式を迎える「はたち」の若者を中心に多くの県民の皆さんに献血の呼びかけを行っています。あなたの元気をどこかの誰かに、おすそ分けしてください。ご協力をお願いします。

問い合わせ先 健康推進課健康推進係

さあ、始めよう! 長寿きくちゃん体操シリーズ
椅子編
整理体操 (足の後ろ側)

この体操は、筋力・バランストレーニングを実施した後に行います。次の日に疲れを残さないことや、筋肉を痛めないために大切です。心と体を落ち着かせ運動後の爽快感を味わう、大切なリラクゼーションのための体操でもあります。

この体操をする時は、10数えながら行います。伸ばしている筋肉を意識して行います。

きく筋 足の後ろの筋肉・背中の筋肉

効果 膝痛・腰痛の予防と軽減につながります。

注意点

- 曲げている足は、倒れないようにしっかりと体を支えます。
- 伸ばしている足が曲がらないように気をつけます。
- 椅子から落ちないように気をつけます。
- ※「椅子編」は、この体操で終了です。
- ※「長寿きくちゃん体操指導者マニュアル」より抜粋

問い合わせ先 生きがい推進課包括支援係

椅子に座ってできる「きくちゃん体操リーダー養成講座」参加者募集

いつまでも自分の足で歩くために、転ばない足腰をつくることは、寝たきり予防の第一歩です。菊池市では、きくちゃん体操のリーダーとして地域で活動してもらうことを目的に、リーダー養成講座を開催します。体操に興味のある人、地域で活動をしたいと考えている人のご参加をお待ちしています。

とき 1月29日(木)~2月26日(木)の毎週木曜日の午後1時30分~

ところ 菊池市福祉会館 **申込締切** 1月16日(金)まで

問い合わせ・申込先 生きがい推進課包括支援係



片足を体の正面にまっすぐ伸ばし、つま先を自分の方に向け、おへそを前に出すように体を倒します。