

熊野おとしより相談センターだより

「中丸いこいの家」1階にあります。



～担当地域～

板橋2丁目(18番～21番・54番、55番)
 大山金井町
 大山東町(1番～16番、18番、26番、27番、29番)
 熊野町、中丸町、幸町(1番～6番)、南町



地震災害の備えはできていますか??

《転倒防止器具助成》

区では地震災害の備えとして、寝室・居室等の家具に転倒防止器具(L字型金具等)を取り付け、その費用を助成します。

(対象世帯)

- ・65歳以上の高齢者のみの世帯
- ・65歳以上の高齢者と、下記障がい者の方で構成される世帯
 身体障害者手帳4級以上・愛の手帳4度以上・精神障害者保健福祉手帳1級以上・難病患者
- * 12歳以下のお子さんが同居している場合も対象となります。

(助成できる費用の限度額)

- (1) 調査費用 7,000円
- (2) 器具および取り付け工事費用6,500円
- * 限度額を超えた分は自己負担となります。

(助成対象となる場所)

- ・主たる居室(寝室・居室・台所など)
- * 詳しくは、おとしより相談センター・おとしより保健福祉センター・各福祉事務所障がい者支援係までご相談ください。



熱中症にご注意ください。



梅雨前からの熱中症予防！

曇りや雨が多い梅雨時であっても、十分注意が必要です。雨が降ると、少し肌寒くなることがありますが、日がさすと急激に気温が上がります。また、湿度が高いことや暑さにならだが慣れていないことから、熱中症が起こりやすくなります。



梅雨明けから真夏にかけて！

梅雨明けから本格的な真夏日になると、暑さが厳しくなります。強い日差しの下で運動を行うことは避けて、涼しい朝、夕に散歩などを楽しみましょう。また、高齢者は温度に対する感覚が弱くなるため、暑さへの対応が遅れる可能性があります。周りにも気配り、十分な予防を心がけましょう。湿度が高いと汗が乾きにくく、熱が体にこもりやすくなってしまいます。



予防法について！

- ☆水分をこまめにとる。
- ☆外出時は日陰を歩き、帽子や日傘などで、直射日光を避けましょう。
- ☆通気性の良い綿等の服や、吸水性や速乾性の高い下着で、暑さを調整しましょう。
- ☆室内でも高温多湿になりやすいので、エアコンや扇風機を使用するなどして、温度や湿度管理にご注意ください。
- ☆睡眠不足や、疲れがたまっていると、熱中症になりやすくなります。
- ☆毎日の生活リズムを整えて、体力を維持しておく。
- ☆軽い運動などで、体を徐々に暑さに慣れさせる。



中丸いこいの家 折り紙作品

ここでサロン活動をされている皆様の作品です。玄関に飾ってありますので、お越しの際はぜひご覧ください。

是非、呼んでください！！

サロン・自主グループ等で活動されている皆様へお願いです。熊野おとしより相談センターでは、センターの周知活動や出張講座を行っております。内容や時間等、ご希望を伺いながら団体様に合わせて企画いたします。

お気軽にお声かけください。

熊野おとしより相談センター 窓口開設時間

月曜日～土曜日(日祝休)

9:00～17:00

〒173-0026 板橋区中丸町27-11(中丸いこいの家内)
熊野おとしより相談センター(地域包括支援センター)

【電話 03-5926-6566】 【FAX 03-3973-3531】