

津波の三原則 ①想定にとらわれない ②命を守るために最善を尽くす ③まわりが逃げていなくても逃げる

5月 第1講座

『高齢者の交通安全対策と各種詐欺対策について』

湯浅警察署 交通課長 木岡弘和氏よりお話しいただきました。

近年、高齢者の交通事故は増加傾向にあります。その原因の1つは、意識と行動のズレです。交通事故に遭わないようにはまずは余裕を持って行動することが大切です。それから、交通ルールは必ず守って下さい。夜、外出する時は明るい色の服装で反射材を身につけましょう！！

4月現在のオレオレ詐欺や振り込め詐欺の被害額が一億円近くになっています。儲かりますよ～やお金に関する話をしてきたら詐欺だと思って下さい。家族同士や同じ町に住むお互い同士が気を配り、いつもお互いに声をかけ合う絆作りこそが、こうした詐欺被害から自分自身や周囲の人たちを守る最大の対策です。そして、不審な電話を受けたり、騙されそうになったという方は警察へご一報を！その情報が被害拡大を防ぐことになります。

5月 第2講座

『高齢者の感染管理とそのポイントについて』

有田市立病院 感染制御室 感染管理認定看護師 吉田俊晴氏よりお話しいただきました。

まず、肺炎について説明していただきました。肺炎を予防していく上でワクチン接種は非常に有用であるので、しっかり受けることが重要である。

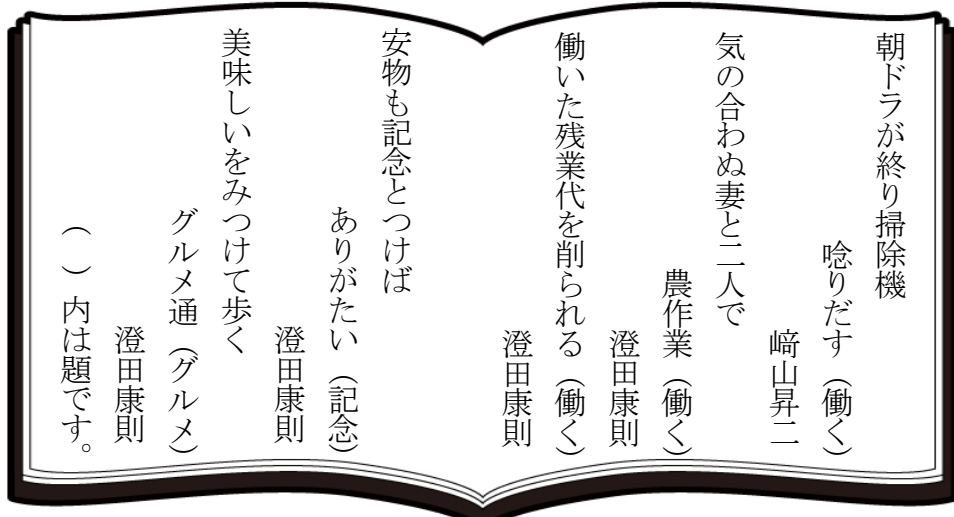
次にインフルエンザについて、インフルエンザの予防にもワクチンが効果的なので毎年接種をオススメします。流行時期は12月～3月なので10月の中頃～11月に接種するのが有効です。また、感染対策として手指衛生、咳エチケットの実施が大切です。

高齢になるにつれ食べ物を飲み込むということが上手にできなくなり、誤って唾液や食物が気管に入ってしまうことが起こる。このことを誤嚥という。誤嚥の時に口の中の細菌やウイルスなども一緒に気管に入ってしまう、肺炎を引き起こす場合がある。この誤嚥による肺炎を予防するためには、歯磨きや嚥下体操を行うことが重要なポイントである。

最後に感染性胃腸炎について、一般的にノロウイルス感染症があるが予防法としてアルコール消毒剤が効かない為、流水と石鹸による手洗いが有効である。また、生ものは新鮮なものを食べるようにし、できるだけ加熱調理し食中毒を防ぎましょう！



川柳専科の崎山昇二さんと澄田康則さんが全国川柳誌に入選されました。



朝ドラが終り掃除機

唸りだす (働く)

崎山昇二

気の合わせぬ妻と二人で

農作業 (働く)

澄田康則

働いた残業代を削られる (働く)

澄田康則

安物も記念とつけば

ありがたい (記念)

澄田康則

美味しいをみつけて歩く

グルメ通 (グルメ)

澄田康則

() 内は題です。