

あんきクラブ便り 第10号

発行:令和5年7月12日 可見市高齢福祉課 ☎0574-62-1111
※本便りは、各世帯1通の発行です。

市民の皆さまへ

本格的な夏が到来し、厳しい暑さが続いています。皆さま、いかがお過ごしでしょうか。こまめに水分補給をし、エアコン等を使用して暑さを避けるなどの熱中症予防にご留意いただければと思います。

さて、令和5年5月8日から、新型コロナウイルス感染症の感染症法上の分類が「5類感染症」へ変更となりました。

市民の皆さまには、3年余りの期間、日常生活に多くの制約やご負担が伴う中、感染症対策にご理解とご協力を頂き、誠にありがとうございました。なお、日常における感染対策は、個人や事業者の判断に委ねられることとなりますが、新型コロナウイルスがなくなるわけではありません。引き続き、場面に応じた感染対策にご協力ください。

また、可見市では、令和5年7月1日から、市民の健康増進と治療にかかる負担軽減のため、80歳までに3人に1人が発症すると言われている、帯状疱疹の予防接種費用の一部助成をします。接種することで、帯状疱疹の発症率低下や重症化予防が期待できますので、是非ご検討いただければと思います。

今回の便りでは、介護予防事業や相談窓口について紹介します。長きにわたる自粛期間で体力・気力の低下が懸念されます。適度な運動を取り入れ、悩み事があれば気軽に相談をし、いつまでも元気に楽しく過ごしたいですね。

令和5年7月12日

可見市長 富田成輝



帯状疱疹予防接種費用を一部助成します



<助成対象者>

令和5年7月1日以降に帯状疱疹予防接種を受けた人で、接種日に可見市に住民登録のある50歳以上の方



接種は、任意です

詳しくは、広報かに7月1日号または
可見市ホームページをご覧ください。

<https://www.city.kani.lg.jp/23766.htm>



「QRコード」は株式会社デンソーウェーブの登録商標です。

<助成対象となるワクチン>

ワクチンの種類	生ワクチン (ビケン)	不活化ワクチン (シングリックス)
接種回数	1回	2回
助成金額	4,000円	10,000円/回

※接種費用は医療機関毎に異なります。

※助成は、生涯に1度です。

いつまでも、ココロもカラダも健康に！

可見市の **介護予防教室** を紹介します。

口腔ケアで介護や認知症を予防して、健康寿命を延ばしましょう

おいしく歯歯歯教室

無料

口腔機能向上、栄養のある食事などについての講話です。口腔ケアで介護や認知症を予防して健康寿命を延ばしましょう。2回コースでじっくり学ぶことができます。

期日	時間	場所	申込開始日
①8/24(木) ②10/19(木)	10:00 ~ 11:30	桜ヶ丘地区センター	8/1(火)
①8/31(木) ②10/26(木)		帷子地区センター	8/1(火)
①9/21(木) ②11/16(木)		春里地区センター	9/1(金)
①9/28(木) ②11/30(木)		福祉センター	9/1(金)

講師：①歯科医師、歯科衛生士 ②歯科衛生士・管理栄養士
※申込者多数の場合は抽選となります。

認知症についてじっくり学べます

認知症予防教室 はつらっつ！

無料

専門家によるプチ講座や脳トレ体操、簡単な筋トレなどを通して、認知症予防・理解を深めます。全18回でじっくり楽しく学べる講座です。

期日 (全18回)			
令和5年	10月	23日	30日
	11月	13日	20日 27日
	12月	4日	11日 18日 25日
令和6年	1月	15日	22日 29日
	2月	5日	19日 26日
	3月	4日	11日 18日
時間	場所		申込開始日
10:00~11:30	土田地区センター		10/2(月)

講師：医師、理学療法士、看護師、薬剤師等の専門職
※申込者多数の場合は抽選となります。

<問合せ・申込先> 可見市 高齢福祉課

認知症を知り、認知症の予防体操を体験しませんか？

認知症知っ得講座

無料

認知症とは？ 認知症を予防するにはどんなことをすればいいの？ 認知症について知る、はじめの一步目の講座です。

期日	時間	場所	申込開始日
7/27(木)	13:30 ~ 15:00	広見東地区センター	7/3(月)
8/25(金)		川合地区センター	8/1(火)
9/29(金)		土田地区センター	9/1(金)
10/31(火)		春里地区センター	10/2(月)
11/24(金)		帷子地区センター	11/1(水)
12/22(金)		久々利地区センター	12/1(金)

講師：のぞみの丘ホスピタル 理学療法士 中津 智広先生
※申込者多数の場合は抽選となります。

運動指導士などの先生と一緒に、頭と体の体操をしましょう

まちかど運動教室

無料

運動講師などの先生と一緒に、頭を使いながら、身体を動かす運動教室です。イスに座って、気軽に楽しくできる内容です。

2~4回/月、市内29箇所(令和5年6月時点)で活動中です。全会場45分の教室です。

参加するには？

事前に電話で申込、登録をしてください。
入場券をお渡しします。1人1会場までとします。
教室に空きがあれば、いつでも登録ができます。
満員の場合は、空きが出来次第、順番にご案内します。

※会場により、変則日程がある場合や駐車場のない会場があります。申込の際にご相談ください。

地域包括ケア推進係 ☎62-1111

困ったときは・・・担当の

利用
無料

地域包括支援センターに相談してください！

住み慣れた地域で安心した生活を続けられるように、高齢者のみなさんを4つの面から総合的に支援します。お気軽にご相談ください。

～お気軽にご相談ください～
相談や悩みにお応えします

～寝たきりにならないように～
自立して暮らせるよう支援します

～安心して毎日を送るために～
虐待や不安などから権利を守ります

～暮らしやすいまちをめざして～
地域の連携・協力体制を支えます

土田地域包括支援センター

担当：土田
土田1221番地5
(可児とうのう病院内)
☎ 66-7171

北部地域包括支援センター

担当：今渡・川合・下恵土・兼山
今渡682番地1
(福祉センター内)
☎ 63-6200

可児市地域包括支援センター

担当：広見東・広見・中恵土
広見一丁目1番地
(可児市役所2階 高齢福祉課内)
☎ 62-1111

帷子地域包括支援センター

担当：帷子
東帷子1011番地
(帷子地区センター内)
☎ 66-3377

南部地域包括支援センター

担当：春里・姫治
塩河2709番地1
(春里苑内)
☎ 66-6722

東部地域包括支援センター

担当：平牧・桜ヶ丘ハイツ・久々利
久々利1527番地
(久々利苑2階)
☎ 64-5115

相談方法：電話、訪問

来所（事務所を留守にする場合がありますので、事前にお電話の上、ご来所ください）

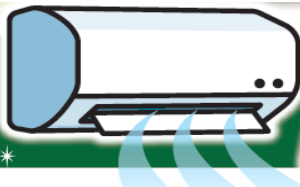
相談時間：平日8時30分～17時15分まで（土日祝、年末年始はお休みです）

※個人のプライバシーは固く守られます。安心してご相談ください。

*相談時間外に緊急で相談したい場合は62-1111へお電話ください。可児市役所日直・宿直から担当へつながります。
*体調急変等は消防【119】へ、虐待等緊急性がある場合は警察【110】へご連絡ください。

高齢者のための熱中症対策

熱中症の予防には、水分補給と暑さを避けることが大切です。



部屋の中でも注意が必要です エアコンを上手に使いましょう

熱中症は、室内や夜間でも多く発生しています。エアコン使用中もこまめに換気をしましょう。

エアコンを上手に使いましょう

体に直接あたらないように風向きを調整しましょう

すだれやカーテンを
活用し直射日光を遮る

温度・暑さ指数
を確認する



扇風機や換気扇 を併用する

長時間、風が体に
直接あたらないように
注意しましょう



換気をして屋外の
涼しい空気を入れる

窓とドアなど
2カ所を開ける

熱中症を防ぐために

マスクを外しましょう

※マスクの着脱は個人の判断が基本となります。



マスク着用時は・・・

- **激しい運動は避けましょう**
- **のどが渇いていなくても
こまめに水分補給をしましょう**
- **気温・湿度が高い時は特に注意
しましょう。**

ぎふ省エネ家電購入応援キャンペーン

家庭における電気料金の負担を軽減し、省エネルギーの促進及び温室効果ガスの排出削減を図るため、省エネ性能の高い家庭用電化製品の購入を支援します。

申請方法・期間等のその他詳細については、岐阜県ホームページでのご確認をお願い致します。

対象者

岐阜県内に在住の方（個人）で令和5年5月9日～令和6年1月31日までに対象家電10万円以上（税抜、設置工事費、配送費等を除く）を、県内実店舗で購入された方。
※予算の上限に達した場合は、期間内でも受付終了。

対象家電

「統一省エネラベル」★3（多段階評価点3.0）以上の電気冷蔵庫・電気冷凍庫、エアコン（家庭用製品に限ります）。

※統一省エネラベルの目標年度

電気冷蔵庫・電気冷凍庫：目標年度2021

エアコン：目標年度2027

補助金額

- ・購入額20万円以上：4万円
- ・購入額10万円以上20万円未満：2万円

要件

申請は1世帯あたり1回まで

<問合せ先>

ぎふ省エネ家電購入応援キャンペーンコールセンター
0120-988-195（受付時間10時～18時）

岐阜県ホームページ
QRコード



「QRコード」は株式会社デンソーウェブの登録商標です。

※--梓部「高齢者のための熱中症対策リーフレット」（厚生労働省）

https://www.mhlw.go.jp/seisakunitsuite/bunya/kenkou_iryuu/kenkou/nettyuu/nettyuu_taisaku/pamph.html を参考に作成