

令和7年  
11月発刊

# たよりや二

岐南町地域包括支援センターだより(第6号)



## 火事に気をつけましょう

秋の深まりとともに、ストーブやこたつが恋しい季節になってまいりました。今回は「住宅火災」についてお伝えします。

住宅火災により亡くなられた方の約75%は65歳以上の方です。住宅火災の発生を防ぐために、総務省消防庁が紹介している日ごろから取り組むべき10のポイントをお伝えします。



### 4つの習慣

- ① 寝たばこは絶対にしない、させない。



- ② ストーブの周りに燃えやすいものを置かない。



電気ストーブからも火災は発生します!

- ③ こんろを使うときは火のそばを離れない。



- ④ コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く。

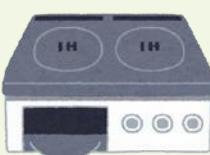


タコ足配線や電源タップの寿命にもご注意!

### 6つの対策

- ① 火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は安全装置のついた機器を使用する。

火を使う調理器具をIHクッキングヒーターにする、ご先祖様を供養する線香やろうそくを電気タイプにするなどもご検討を!



- ② 火災の早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、10年を目安に交換する。



- ③ 火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、防災品を使用する。



放火火災を防ぐため、家の中だけでなく、家の外に燃えやすいものを置かないように整理しましょう。



- ④ 火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使いかたを確認しておく。

- ⑤ 高齢者や身体の不自由な人は避難経路と避難方法を常に確保し、備えておく。



- ⑥ 防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより地域ぐるみの防火対策を行う。





## 認知症予防教室に参加してみませんか？



近年の研究において、「多因子介入」という運動指導や栄養指導、認知トレーニングなど様々な手法を組み合わせた、薬を使用しない介入方法が、認知症予防に有効である可能性がわかつてきました。

そこで、今回研究で得られた成果をもとに、多因子介入プログラムを実施する教室を町内で開催することになりました。

この教室は、国立長寿医療研究センター(愛知県)との研究に関する連携協定に基づいて行われる研究事業になります。そのため、対象となる方を一定の基準により事前に選定し、選定された方の中から、参加を希望する方を募集します。



J-MINT研究の  
二次元コード

対象者	町内在住の60歳～80歳で、令和6年度の特定健診・後期高齢者健診の結果から①または②に該当する方 ①血圧が正常より高い方 ②血糖値が正常より高い方
期間・内容	1年目(令和8年4月～令和9年3月): 頭と体の状態が詳細にわかる健康測定会の実施や健康に役立つ情報を提供します。 2年目(令和9年4月～令和10年3月): 多因子介入プログラム(筋力トレーニングやエアロビクスダンス、認知トレーニング、認知症予防に必要な知識を学ぶ講座など)を実施します。
参加料	無料
申込方法	対象となる方には11月に町から説明会の案内を郵送します。 参加をご希望の方は、説明会にご参加ください。
問合せ先	地域包括支援センター(058-247-1312)

## 運動サロンもご参加ください！

申し込み不要! 直接会場へお越し下さい。 持ち物: 運動しやすい服装・水分補給できるもの。

サロン名	かがやき体操	たんぽぽ	ひまわり
会場	中央公民館 講堂	やすらぎ苑 多目的室	くつろぎ苑 1階和室
時間	13:30～14:30	13:30～15:00	13:30～15:00
11月	11日(火)・25日(火)	5日(水)・19日(水)	13日(木)・27日(木)
12月	9日(火)・23日(火)	3日(水)・17日(水)	11日(木)・25日(木)
1月	13日(火)・27日(火)	7日(水)・21日(水) ※7日は交流ホールで開催	8日(木)・22日(木) ※22日は集会室で開催
2月	10日(火)・24日(火)	4日(水)・18日(水) ※18日は交流ホールで開催	12日(木)・26日(木)
3月	10日(火)・24日(火)	4日(水)・18日(水)	12日(木)・26日(木)

岐南町役場 健康福祉部

岐南町地域包括支援センター

電話:058-247-1312 FAX:058-247-1488

開庁時間:午前8時30分～午後5時15分 ※土・日・祝日・年末年始除く

〒501-6197 岐南町八剣7丁目107番地 E-mail : houkatsu@town.ginan.lg.jp

