



江戸川みまもり隊だより

“江戸川みまもり隊は、今日もまちを歩く”

第 107 号
令和 2 年 11 月 1 日

コロナのワクチンが実用化するまでには、まだまだ時間がかかりそうであり、この冬は今まで通り手洗いと 3 密を避けるなどの感染防止策の徹底が重要であると思います。

当面の間は同じことの繰り返しではありますが、一人一人が自分の責任において必ず実行していくことが大切ではないでしょうか。

● 「認知症の人のために家族ができる 10 か条」

1. 見逃すな「あれ、おかしい？」は大事なサイン
2. 早めに受診を。
3. 知は力。認知症の正しい知識を身につけよう。
4. 介護保険などサービスを積極的に利用しよう。
5. サービスの質を身につけよう。
6. 経験者は知恵の宝庫、いつでも気軽に相談を。
7. いまできることを知り、それを大切に。
8. 恥じず、隠さず、ネットワークを広げよう。
9. 自分も大切に、介護以外の時間を持とう。
10. 往年のその人らしい日々を。



● 高齢者 自宅で転倒注意

消費者庁は「10（テン）月 10（トウ）日は転倒予防の日」と呼びかけています。

65 歳以上の高齢者が自宅で転倒する事故が増えています。

また、新型コロナウイルスの影響で自宅で過ごす時間が長くなっている為、さらに事故が増える恐れもあるとみられます。

発生場所：①浴室・脱衣所 ②庭・駐車場

③ベッド・布団 ④玄関・勝手口

年齢別：後期高齢者（75 歳以上）の事故は前期高齢者（65～74 歳）の 2、2 倍
加齢に伴って、住み慣れた自宅でも転倒の危険が高まります。

★体力の維持のための適度な運動を続ける。★滑り止めマットの設置。

★段差のある場所への手すりの設置。★室内の動線上に電源コードを通さない。

などの対策をとり、室内での転倒を予防しましょう！！



● 皆様へのお知らせです

11 月の「地域のお茶の間」「男のいこい」は、新型コロナウイルス感染症予防のため、中止します。皆様のご理解とご協力をお願い申し上げます。

江戸川みまもり隊事務所

江戸川区江戸川 1-46（社会福祉法人 江東園となり）
介護のご相談は江東園熟年相談室へ 03-3677-4631

<連絡先>

代表 伊久美 明