

飯南病院便り

追加された新機能

飯南病院 医師
安田 勲

高齢化の進行、独居、高齢者のみの世帯、認知症等の問題が年々進行してきている中で、こうした住民の見守り・安否確認の問題が重要性を増してきています。それに伴って、ご家族・親族、近隣の人、自治会役員、行政関係者、福祉関係者の負担も一層大きくなってきています。

このような現状を改善するために、飯南町でも新たに登場してきた「見守り・安否確認の手段」が住民への助成対象として採用されました。「おはようタッチ」機能と「冷蔵庫センサー」機能ですが、ご存知でしょうか？

①「おはようタッチ」機能は、毎朝白いボタンを押すことで、登録されている子どもさんや親族のスマホに、変わりなく生活ができていることを自動的に送信するものです。

②「冷蔵庫センサー」機能は、冷蔵庫に取り付けた器具が、冷蔵庫の開け閉めを感知して、登録している人に開け閉めがない事を自動的に送信するものです。

両者の共通点は、携帯電話回線を利用して自動的に送信されるということですが、大きな違いは、①は押し忘れると、逆のメッセージ(押せない事態が発生している可能性があること)を伝えることになってしまうこと。一方、②はセンサー感知に不具合がなければ、軽度の認知症の人でも使えるという点です。

ヒートショックや熱中症に限らず、安心・安全な生活を支える手段のひとつとして住民に周知を図ることが必要です。出番の少ないこれまでの緊急通報システムに追加された機能として住民に紹介されているため、周知を図るためにはひと工夫が必要です。

緊急時に使うものではなく、変わりなく生活できていることを伝えるもので、毎日使う全く別の機能です。独居又はそれに準ずる生活に不安のある方は、保健福祉課にご相談下さい。

保健福祉センター便り

9月10日～16日は「自死予防週間」～一緒に考えてくれる人はいますか？～

相談することの大切さ

【自分自身のケア】

- つらい気持ちを抱え続けると、こころも身体も疲れ、解決への道が見えにくくなってしまいます。
- 信頼できる家族や友人、職場の人、地域の相談機関などに相談してみませんか。

【相談を受けたときの対応】

- すぐに解決しようとせず、まずは相手の気持ちに耳を傾けましょう。
- 一人で抱え込まず、必要に応じて専門の相談機関につなぐことも支えになります。

飯南町では、心の健康や生活上の困りごとなど、さまざまな相談をお受けしています。ご本人だけでなく、ご家族や周囲の方からの相談も可能です。気になることがありましたら、一人で抱え込まず、お気軽にご相談ください。

相談先

- 保健福祉課 ☎72-1770(受付時間 平日8:30～17:15)
- 厚生労働省相談窓口「まもろうよこころ」
- ・電話で話す #いのちSOS ☎0120-061-338
- ・SNSで相談 LINEなど各種SNSからも相談できます。

まもろうよこころ
厚生労働省SNSから
相談

脱炭素チャレンジインフォメーション vol.9

飯南町は、令和5年3月に脱炭素のまち宣言を行いました。町民の皆さんにも取り組んでいただけるよう、定期的に情報をお届けします。

親子で挑戦! おうちの「脱炭素」ナゾトキクイズ

飯南町は「2050年までに、CO2(にさんかたんそ)を出さないまちになろう!」と決めました。その名も「脱炭素のまち宣言」! みんなにも仲間になってもらいたいから、親子でクイズにチャレンジして「脱炭素マスター」を目指そう!



くらしの中には、「電気代などが安くなって、しかも地球にもやさしい」という魔法みたいな方法が隠れているって知ってた?



クイズの答えはこのページの下部にあるよ!

① エアコンの秘技(冷暖房・節約)

Q 一気に部屋を快適にして、一番電気代(CO2)を少なくできる「夢のような風量モード」はどれかな?

- A お金がかからなさそうな「弱」モード
- B 風の力を限界まで高める「強」モード
- C エアコンにまかせる「自動」モード



② 紙の復活魔法(資源ごみ・リサイクル)

Q お菓子の箱、ティッシュの箱、お買いものの「紙袋」。これらを「もえるごみ」に捨てずにリサイクルすると、どんな「すごいアイテム」に変身するかな?

- A 新しいトイレトペーパーや段ボール
- B ピカピカ光る金メダル
- C おいしいお菓子のおまけシール



③ 買いものエリアの秘密(地産地消)

Q 運ぶための燃料(CO2)を一番使っていない、地球にやさしい食べものはどれかな?

- A 飛行機でやってきた「外国産のフルーツ」
- B トラックで遠くから運ばれた「北海道のジャガイモ」
- C 近くの畑から届いた「飯南町産の旬のトマト」



＼キミは何問正解できたかな?／

おうちの人と一緒にできることからチャレンジして「脱炭素マスター」を目指そう!



みんなでつくる!

笑顔あふれる飯南暮らし



「笑顔あふれる飯南暮らし」をテーマに、各地域で取り組まれている活動を取り上げていきます。

このまちの暮らしをたどる

飯南町民俗資料館をご存知ですか。ここには江戸から昭和初め頃まで使用されてきた雪にまつわる民具約150点が収蔵されています。これらは「奥飯石及び周辺地域の積雪期用具」として国の重要民俗文化財にも指定されており、このまちの暮らしの変遷や、文化の推移を理解するのに非常に重要な資料です。厳しい自然環境を乗り越えるために生み出された独自の民具の数々。それらからは、雪と共にたくましく生きた、先人の暮らしが思い浮かびます。

【飯南町民俗資料館】

- 飯南町 頓原2084-4 ☎平日8:30～17:00 ￥無料
- 問合せ・入館申込 飯南町教育委員会 ☎76-3944



貴重な民具が並ぶ館内

【ナゾ①】 正解:C「自動」モード!
エアコンがいちばん電気を使うのは「部屋の温度を変えるとき」。「弱」だと時間がかかって、かえって電気代が高くなっちゃうんだ。「自動」なら、最初はグリーンと強風で一気に快適にして、あとはそっと弱くしてくれる。まさに賢者の技!

【ナゾ②】 正解:A「新しいトイレトペーパーや段ボール」!
紙をもう一度きれいに溶かすと、トイレトペーパーや箱に大変身!燃やさずリサイクルすればCO2も減らせるし、紙のもとになる「森の木」も守れる。一石二鳥どころか一石三鳥だ!

【ナゾ③】 正解:C「飯南町産の旬のトマト」!
遠くから運ぶほど、飛行機やトラックの燃料がたくさん必要になるよ。近くでとれた野菜なら運ぶ距離が短くて燃料もカット。しかもお安く、とれたてで美味しい!いいことだらけだね。