

東大和市 高齢者

見守りぼっくすなんがい 通信

感染症にかからないよう



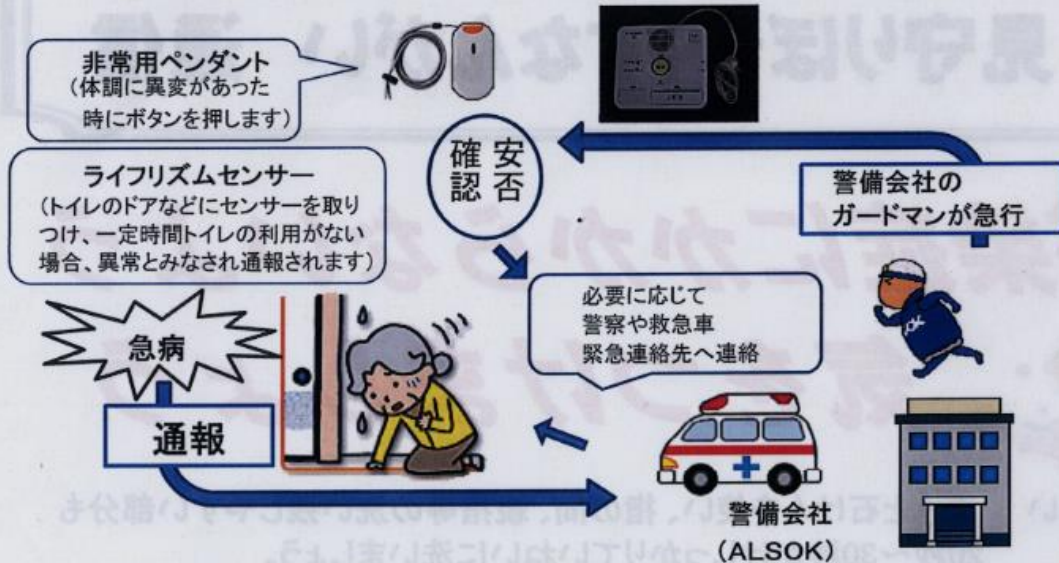
気をつけましょう

- ★手あらい 流水と石けんを使い、指の間、親指等の洗い残しやすい部分も20秒～30秒かけしっかり洗いましょう。
手を拭くタオルは共用せず、家族分準備をするようにしましょう。
- ★うがい うがいをしなかった場合と比べて、発症する確率が40パーセント低下する、というデータもあるそうです。
- ★マスク 咳やくしゃみの症状がある時は、人にうつさない為に着用しましょう。マスクを着用する時は隙間がないように顔にピッタリ密着させます。マスクを外した後の手洗いも忘れずに！
- ★口腔ケア 感染症の予防だけではなく、誤嚥性肺炎の予防にもなります。
- ★換気 1～2時間に1回、5分程度行うことを心がけましょう。
- ★湿度 ウイルスは乾燥を好む為、部屋の湿度を50～60パーセントに保つようにしましょう。温湿度計があると確認ができていいですね。
- ★ 健康な体を作ることも感染予防に大切なことです。バランスのよい食事 十分な休養・睡眠、適度な運動、体を清潔に保つことを心がけましょう。



民間緊急通報システムを知っていますか？

24時間365日の緊急事態に備え、一人暮らし高齢者、高齢者のみ世帯
日中・夜間独居の高齢者が対象で、申請をすると設置することができます



【費用のご負担は】 (他に電話代・電気代がかかります)

区分	利用者負担額(月額)
生活保護受給世帯	500円+消費税
住民税非課税世帯	750円+消費税
住民税課税世帯	1,250円+消費税

上記以外の利用額については市が負担しています

- ★鍵を警備会社(ALSOK)に預けます
- ★固定電話回線が必要になります

東大和市高齢者見守りほっくす なんがい

【社会医療法人財団大和会が東大和市から委託を受け行っている事業です】

※ 見守りほっくすは高齢者の見守り支援を専門とした相談窓口です ※

- ※在宅高齢者の生活状況の把握・見守り
- ※一人暮らし高齢者等の見守りネットワーク支援
- ※緊急通報システム等を活用して、在宅の安心を提供
- ※在宅高齢者や家族からの相談対応

【担当地域】 上北台3丁目・桜が丘・立野・中央・南街

【開所時間】 午前9時～午後5時

【定休日】 日曜日・月曜日・祝日・年末年始

【所在地】 南街2-49-3 在宅サポートセンター1階

【電話】 **042-590-1330**

【相談員】 塚原

ご来所の際は、職員が不在の場合がありますので
事前のお電話をお願い致します

