

ほうかつだより

第6号

発行月：平成27年2月 発行：新潟市地域包括支援センターかめだ
〒950-0168 新潟市江南区早通 6-7-34 TEL025-383-1780



こんにちは！地域包括支援センターかめだです！！
今回は、ノロウイルスによる胃腸炎、高齢者虐待、日常生活自立支援事業、高齢者の見守り強化月間についてご紹介いたします。

ノロウイルスによる胃腸炎について



ノロウイルスの感染経路は、主に人からの感染と食品からの感染があります。

人からの感染

- 患者の便やおう吐物から人の手などを介して感染する場合
- 家庭や施設内などでの飛沫（くしゃみや咳、ツバ）等により感染する場合 など

食品からの感染

- 感染した人が調理などをして汚染された食品を食べた場合
- ウイルスの蓄積した、加熱不十分な二枚貝を食べた場合 など

ノロウイルスに感染してから 24～48 時間の潜伏期間 を通して胃腸炎が発症します。主な症状である吐き気、おう吐、下痢、腹痛、微熱などが 1～2 日続いた後に治ります。発症しない場合や軽い風邪のような症状の場合もあります。後遺症ありません。ウイルスは発症時から 2～3 週間ほど排泄されるため、症状が治まった後でも他の人に感染させる可能性があります。
※子どもや高齢者などでは重症化することもあります。特にご注意ください！

1 年中通して発生し、特に冬期（11～2 月）に流行します。予防対策としては、

- ①「手洗い」をしっかりと！…特に食事の前、トイレの後、調理前後は石けんでよく洗い、温水による流水で十分に流しましょう！
※アルコール消毒はあまり効果がないと言われています。
- ②「人からの感染」を防ぐ！…ノロウイルスに感染した人の便やおう吐物からの感染や飛沫感染を予防する必要があります。オムツやおう吐物の取り扱いには十分注意しましょう。
- ③「食品からの感染」を防ぐ！…加熱して食べる食材は 85℃以上で 1 分以上加熱し、中心部ま



知って下さい「高齢者虐待」



高齢者虐待が生じる背景には、介護者が介護により心身共に疲労し、追いつめられていることが挙げられます。誰もが直面するかもしれない問題です！！

～介護をがんばりすぎていませんか？まわりにこんな人はいませんか？～

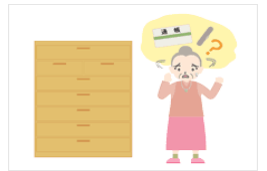
- 介護の負担をひとりで抱えている。
- 身近に頼れる家族がない。
- 認知症の高齢者を介護している。
- 介護者に疾病や障害がある。
- 近所づきあいが無い。
- 経済的に困窮している。

熱心に介護をしている中でいつの間にか介護負担が大きくなったり、周りに頼ることを遠慮し、一人で介護を担ってしまうこともあります。「休むことも介護のうち」「頼ることも介護のうち」と考えて、休養に心がけましょう。

※虐待であることを自覚していないことも・・・

高齢者虐待に関する調査では、介護や世話をしている人の半数以上が虐待の自覚がないという結果が出ています。気づかないうちに不適切な対応になってしまう傾向があります。

《日常生活自立支援事業とは・・・》



毎日の暮らしのなかにはいろいろな不安や疑問、判断に迷ってしまうことがたくさんあります。日常生活自立支援事業は、このような場合に福祉サービスの利用手続きや金銭管理のお手伝いをし、あなたが安心して暮らせるようにサポートします。

誰でもが住みなれた地域で安心して暮らし続けられるように

地域での見守り支え合いが広がっています

新潟県では、2月と9月は高齢者の見守り強化月間となっております。

ご近所で日頃からできる「あいさつ・気くばり・助け合い」をとおして、いつもと様子が違うと感じたとき

例えば・・・

- ・暗くなっても電気がつかない
- ・洗濯物が何日も干しっぱなしになっている
- ・見慣れない人が出入りしている
- ・同じことを何回も言う
- ・不自然な服装で外出している
- ・食事したことを忘れてしまう
- ・高齢者に会わせてもらえない
- ・不自然な怪我が増えている
- ・家族が介護に疲れきっている



そんな時は、お知らせいただいた方の秘密は固く守られますので、市町村・地域包括支援センター・民生委員までご連絡を下さい。