

地域包括支援センターです

高齢者を狙う悪質業者 ～狙われる理由～

地域包括支援センターは介護予防、総合相談などのほか、高齢者の権利を守るための相談窓口にもなっています。

高齢者の悪質商法による被害は、様々な商品やサービスに広がっています。消費者被害の相談窓口でも、特に70歳以上の相談が増えているそうです。その内容は、健康や住宅に関連した相談が多く、また家庭訪問やSF商法(催眠商法)、点検商法などが特徴的だそうです。中には強引な販売方法や、認知症の高齢者を狙った手口もあります。

70歳以上の高齢者の方は70歳未満の方に比べて働いている人が少なく、また健康に不安を感じている世代です。そんな不安に付け込み、病気に対する効能・効果をうたって販売するもの、住んでいる家や設備について不安をあおるもの、老後の資金を増やすなどといった経済的不安に付け込んだ販売が多くなっているようです。

今後ますます高齢化が進む中、高齢者自身も身を守る方法を身につけていただくとともに、大きな被害を防止していくためには、身近な人や機関に相談することが、とても大事になってきます。

気になる電話販売、訪問販売などがあつたら、地域の被害予防のためにもぜひご連絡ください。また匿名で相談したい場合も、いつでもお電話ください。



いきいき通信

—富士見町健康づくり計画

「健康ふじみ21」を推進しています—

7月は「心とからだの 健康づくり推進月間」です

皆さんは、自律神経を知っていますか？

自律神経は、人間の活動と休息に合わせて、体の各組織を無意識のうちに調整している神経です。交感神経と副交感神経をあわせた呼び名で、交感神経と副交感神経は相対する働きがあり、両者のバランスが適切に保たれることで、健康な生活がおくれることとなります。

交感神経は、「エサとりの神経」といわれ、主に昼間に働きます。具体的には、心臓に働きかけて拍動を速くし、血管を収縮させて血圧を上げます。呼吸も速く浅くし、心身とも興奮状態を作り、活発に活動しやすくなります。

さらに、活動が活発になり、傷を負うことによる細菌の侵入から体を守るために、白血球中の顆粒球が増加します。

副交感神経は、「休息と消化の神経」といわれ、主に夕方から夜にかけて働き、人間が休む時や食事をしたときに活性化します。具体的には、心臓の拍動を遅くし、血管を拡張させ、呼吸を深くゆっくり安定させます。

さらに、食事によって体内に入ってくる異物から体を守る働きのあるリンパ球が増加します。

働き過ぎたり、ストレスを溜めこんだり、またはリラックスし過ぎたりといった生活を続けていると、一方の神経だけが優位となり、もう一方の神経タイプに戻りにくい体質になり、健康を損ねてしまいます。

また、顆粒球が多くなると活性酸素が大量に発生し組織破壊により病気を招くとともに、血管が収縮して血行障害が起こり、体温が低下し、さまざまな病気にかかりやすい体質になってしまいます。一方リンパ球が多くなると、敵でないものにも過剰に反応しアレルギー性の病気を引きやすくなります。



親と子の健康ガイド

7月 (7月11日～8月10日)

◆健康診査・予防接種

事業名	対象児	期日	集合時間	会場
4ヵ月児健診	平成24年3月生まれ	7月27日(金)	午後1:00	保健センター
7ヵ月児健診	平成23年12月生まれ	8月3日(金)		
10ヵ月児健診	平成23年9月生まれ		午後1:40	
1歳6ヵ月児健診	平成22年11月～12月生まれ	7月24日(火)	午後1:00	
2歳児歯科健診	平成22年5月～6月生まれ	7月18日(水)	午後1:15～1:50(受付)	
B C G	平成24年2月1日～平成24年5月2日生まれ	8月1日(水)		
3種混合	生後6ヵ月～7歳6ヵ月	7月25日(水)		
日本脳炎	平成19年12月～平成20年3月生まれ(追加)	7月11日(水)		

◆相談・教室

事業名	期日	受付時間	会場
乳幼児相談	7月31日(火)	午前9:30～10:30	保健センター

問 住民福祉課 保健予防係 ☎62-9134