

沖縄市地域包括支援センター東部南 広報誌

つながり

令和6年8月号 第67号

発行責任者
センター長：森根
編集者：名嘉山
沖縄市高原 1-1-38
☎ 098-923-0553
NPO法人きづき



熱中症に注意！！！！

「周囲の見守りこ・え・か・けが重要！」

厳しい暑さが続く中、県内の熱中症による救急搬送者は847人です。

（4月29日～7月21日）

昨年同時期と比べると1.7倍に急増しています。死亡者は3人で、昨年の年間死亡者と同数となっています。

- 【1】 **こ**→こまめな水分補給
- 【2】 **え**→炎天下をさける
- 【3】 **か**→風通しをよくする
- 【4】 **け**→健康管理緊急情報システム



熱中症 予防



4点の頭文字「こ・え・か・け」を意識し、出かける前は天気予報をチェック！

熱中症警戒アラートが発表された場合は不要不急の外出を避けましょう！

昼夜を問わずにエアコンを使用しましょう！



あなたを守る「命のボタン」 救急医療情報キット



高齢者の安全・安心を守る取り組みとして、沖縄市では、65歳以上の方を対象に救急医療情報キットを無料配布する事業を行っています。

万一の緊急事態に本人等が病状などを説明することが出来ない場合、キットの情報を活用して適切で迅速な救急医療に役立てるために備えるものです。

お渡しするもの

- ① 保管容器
- ② 医療情報用紙
- ③ ドア貼り付け用ステッカー
- ④ 冷蔵庫貼り付け用ステッカー



救急医療情報キットに入れる

- ① 医療情報用紙
- ② 被保険者証の写し
- ③ 診察券の写し
- ④ 薬剤情報提供書

※問い合わせ・申し込みは地域包括支援センター東部南へ



きづきカフェ in 福祉文化プラザ



認知症カフェとは！？

認知症の方やその家族が、地域の方や専門職と相互に情報を共有し、お互いを理解し合う、交流の場です。介護者の負担軽減を目的としており、くつろぎながら、情報収集・情報交換、ストレス発散などができます。

きづきカフェは、令和4年度からスタートしました。

これまでも地域の方が入りやすいところを目指して、場所や時間帯、内容などを見直し、新たな試みを取り入れたりしながら続けています。

認知症カフェを続けていくうえで大切なことは、地域住民や地域団体などと協働していくことです。地域で「認知症にやさしいまちづくり」、「認知症」というキーワードをもとに、地域の誰もが集まり協力していける認知症カフェを目指していけたらいいですね。



きづきカフェ

毎月 ☞ 第2金曜日（8月9日）

時間 ☞ 午後2時～3時半

内容 ☞ がんじゅう体操・楽器演奏
室内ゲーム・小物作り
ゆんたく～ など



まるっとつながるラジオ！

まるラジ

毎週火曜日

a.m. 10:00~11:00

※YouTube 視聴できます♪



地域のための
コミュニティ
ラジオ局
FM コザ 76.1



地域の様々なつながりの情報発信！
地域、自治会、企業、福祉施設など
地域貢献、ボランティア、イベント
様々な情報をお届けしています♪
皆さまの「まるラジ」で地域の情報
を発信したいという声もお待ちしております♪

沖縄市地域包括支援センター東部南きづき

☎ 9 2 3 - 0 5 5 3

地域包括支援センターは
65歳以上の総合相談窓口です。
お気軽にご相談ください。

