

緊急通報装置

設置事業のご案内

町ではひとり暮らしの高齢者・障がい者などで、慢性疾患や整形疾患により日常生活上注意が必要な方が緊急時の不安を解消し、在宅生活を続けられるように、緊急通報装置設置事業を実施しています。

装置は無料で設置し、緊急時には総合警備保障株式会社 ALSOK（アルソック）の警備員が24時間体制で駆けつけます。

緊急時とは下記①～③の場合です。

- ①緊急通報装置の緊急ボタンを押したとき
- ②トイレか冷蔵庫のドアが、24時間開閉されなかったとき
※どちらかのドアに、開閉に反応するセンサーを設置します。
- ③火災警報、ガス警報、停電警報などが反応したとき

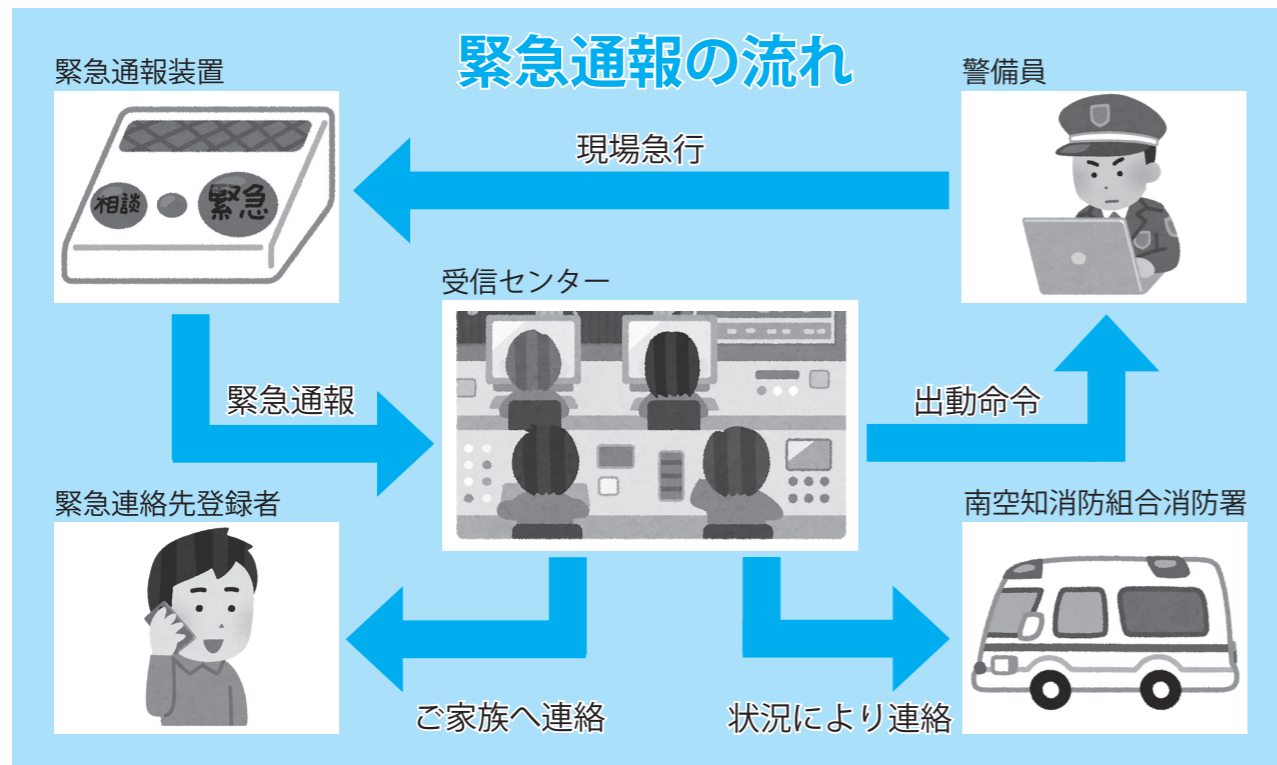
【対象となる方】

町内に在住の高齢者などで、次の要件を全て満たす方

- (1) 概ね65歳以上の方
- (2) 心臓疾患、高血圧などの慢性疾患や整形疾患により日常生活上、注意を要する状態にある方
- (3) 世帯の状況が次のいずれかに該当する方

- ア ひとり暮らし
- イ 同居人はいるが、同居人も日常生活上、注意を要する状態にある方
- ウ 同居人はいるが、同居人が定期的・継続的に仕事などで概ね半日以上外出するために、ひとりで生活することとなる方

※障がい者のみの世帯で、日常生活上、注意を要する状態にある方。または、概ね90歳以上のひとり暮らしの方は、健康状態、世帯状況問わず対象となります。



※緊急通報装置は固定電話機に取り付けるため、装置の電気代、通報時などの通話料は設置者の負担となります。

【申込先・問い合わせ】

町福祉課高齢者・介護・医療グループ ☎73-7507

元気が一番

保健のお知らせ

【問い合わせ】町住民保健課健康推進グループ ☎73-2256



3月9日は脈（39）の日、3月9日～15日は心房細動週間です

日本脳卒中協会では、3月9日を「脈の日」、9日から15日までの1週間を「心房細動週間」としています。皆さんもこの機会に、脈について考えてみましょう。

「脈」とは・・・

心臓が収縮し、全身に血液を押し出す際に生じる拍動です。安静時の健康な成人の脈拍の正常値は1分間に50回～100回です。

脈やその回数が乱れた状態を不整脈といい「脈がとぶ」「脈が遅い（1分間に50回未満）」「脈が速い（1分間に100回を超える）」などの種類があります。

知らない怖い心房細動

放置すると危険な不整脈の一つに、けいれんのように脈が早まる「心房細動」があり、脳梗塞を引き起こすおそれがあります。

心房細動は、脈の乱れ、動機、息切れ、めまい、倦怠感などの症状が現れますが、無症状であることも多いです。

心電図検査や脈の自己チェックによる早期発見と、適切な治療や管理で脳梗塞を防ぐことができます。毎年の健康診断や定期受診の際に、心電図検査を実施すること、また、日頃から脈チェックを行うことを習慣にしましょう。

知っておきたい脈チェックの方法

- ①人差し指、中指、薬指の3本で手首の親指側を指の腹側で触ります。
- ②約10秒間、脈をとります。
- ③脈の乱れを感じたら、さらに10秒間、脈をとります。
- ④一定のリズムを刻んでいれば正常です。脈がとぶように感じ、動機、息切れ、めまい、倦怠感などの症状がある場合は、病院受診をお勧めします。

※国民健康保険加入者（35歳～74歳）、後期高齢者医療保険加入者の方は、町の集団健診で心電図検査を受けることができます。集団健診の日程は、広報4月号の折り込み「保健サービスガイド」をご覧ください。



健康づくり推進協議会からのお知らせ

くりやま健康マイレージの期限が迫っています

ポイントの発行期限は3月31日、賞品交換の期限は4月30日までのです。

ポイントがたまっている方は、町住民保健課3番窓口までポイントカードを持参のうえ、忘れずに交換してください。



成人用肺炎球菌ワクチン

定期予防接種はお済みですか？

令和2年度成人用肺炎球菌ワクチンの定期予防接種は、3月31日が期限です。希望される方は早めに接種しましょう。

※対象の方には、令和2年4月に案内文を送付しています。