



塩田交番ですよ!! TEL38-2541

秋の全国交通安全運動

期間 9月21日(木)～9月30日(土)

重点① こどもと高齢者を始めとする 歩行者の安全の確保

道路を横断するときは、横断歩道を利用しましょう。
道路を横断する際は、手を上げるなどのハンドサインで、横断する意思を明確にドライバーに伝え、右左の安全確認をしてから横断しましょう。

重点② 夕暮れ時と夜間の交通事故防止 及び飲酒運転等の根絶

夕暮れ時は早めにライトを点灯し、ハイビームを活用しましょう。
飲酒運転を絶対にしない、させない「飲酒運転を許さない社会」にしましょう。

重点③ 自転車等のヘルメット着用と 交通ルール遵守の徹底

自転車に乗る際はヘルメットを着用し頭部を守りましょう。
交差点での一時停止・安全確認など基本的な交通ルールを守りましょう。

重点④長野県重点 高齢運転者の交通事故防止

通り慣れた道でもしっかりと安全確認をして慎重な運転を心掛けましょう。
運転に不安を感じたら、家族や安全運転相談窓口(#8080)などに相談しましょう。

交通安全への意識を高めましょう!

長野県交通安全スローガン

～信濃路は みんなの笑顔 つなぐ道～

長野県警察本部交通企画課



ご興味・ご不明点等ございましたら、塩田交番(TEL38-2541)までご連絡ください。



塩田地域包括支援センター便り

耳より情報 しおだ

令和5年度 秋号
令和5年9月発行第33号
塩田地域包括支援センター
編集：塩田包括職員

こんにちは!! 塩田地域包括支援センターです!



石神自治会で「薬の話」がありました



石神自治会で7月13日に薬のお話がありました。

「薬や健康の四方山話し」との内容で窪田薬局の窪田薬剤師さんにお話しして頂きました。ジェネリックの事や薬の期限や食間の薬の飲み方等々、日頃の皆さんの疑問や悩み事にお答えいただき、とても勉強になりました。

中野自治会で 8/24(木)より 地域リハビリ開催



中野自治会で8月24日より地域リハビリが始まりました。

毎月第四木曜日 10:00～です。フレイル予防の一つとして地域リハビリに参加していきましょう。地域リハビリは、どなたでも参加できます。塩田地域では中野自治会のほか21会場で地域リハビリを開催しています。参加ご希望の方・詳細を知りたい方は塩田地域包括支援センター(TEL37-1537)にご連絡ください。

成年後見制度について

成年後見制度とは・・・

認知症、知的障がい、精神障がい、発達障がいなどによって物事を判断する能力が十分ではない方を法律的に支援する制度です。

成年後見人には、「法定後見制度」と「任意後見制度」の2つの制度があります。

法定後見制度・・・

判断能力が不十分な場合に、家庭裁判所が後見人等の支援者を決定します。

任意後見制度・・・

判断能力があるうちに、判断能力が低下したときに備えて、あらかじめ財産の管理や身上に関する事柄を自分の代わりに行う人を選んでおくことができます。



後見人にしてもらえること

- ・福祉サービス、介護の手続きや契約のお手伝い
- ・よくわからずにした契約の取り消し
- ・入院や施設への入所のお手伝い 等

このようなとき 支援者が
ご本人を守ります！！

社会福祉法人 上田市社会福祉協議会 上小圏域成年後見支援センター

〒386-0012
長野県上田市中央三丁目5番1号(上田市ふれあい福祉センター内)
電話：0268-27-2091(直通) F A X：0268-27-2500
※つながらない場合は0268-27-2025(上田市社協代表)まで
メール：s.kouken@ueda-shakyo.or.jp
開所時間：月曜日～金曜日 8：30～17：15(※土日、祝日、年末年始を除く。)
※職員が不在の場合がありますので、お越しの際は、事前に電話連絡をお願いします。



げんき・いきいき末・楽・生塾 開催！

7月28日(金)第1回目、8月18日(金)第2回目を開催。地域住民の方15名、塩田地域包括ケアシステム検討会メンバー22名、計37名が参加。講義の前には、4～6名のグループに分かれ、脈拍と認知チェック、痛みと心の評価、関節チェック、信濃の国体操を行い、その後、講師中村崇先生から、「自分の地域を支えるリーダーとは。2025年問題と塩田地域の未来を考える」、「体を守る⑤トシの理解。高齢者の心と体の特徴と評価」の講義と実技演習を行いました。

次回は9月22日(金)3回目、10月13日(金)4回目、11月24日(金)5回目の最終日には、介護予防住民指導士修了証の授与となります。



ご相談・お問い合わせは… **塩田地域包括支援センター** へ

〒386-1325 上田市中野29-2
TEL 37-1537 FAX 37-1538

相談日：月曜日～金曜日 9：00～17：30
定休日：土曜日・日曜日・祝日
場所：塩田病院2階(上田市中野29-2)
※相談は無料です。
※秘密は厳守いたします。