



利用者さま、ご家族さまへ情報をお届けします



認知症とオレオレ詐欺



神無月は豊かな収穫を迎える月。またグッと冷え込む日も増える月でもありますので早めに衣替えをして健康に気をつけましょう。

千葉県医師らの行った調査で、認知症と診断された高齢者の方の9.5%が未遂を含め詐欺の被害に上がっていることが明らかになりました。その割合は認知症ではない高齢者の実に7.6倍に上がるそうです。

「パトネットあいち」近隣地域の犯罪情報によると、9月29日午後4時頃、守山区居住の高齢者方に娘を名乗る女から「株で失敗した。お金を貸してほしい。」等と電話があり、受け取りに来た弁護士事務所の者と名乗る男に現金を渡してしまうオレオレ詐欺被害が発生。9月28日、東区内の高齢者宅に、息子や孫をかたる男から「生命保険の書類が届いたら友達に頼まれたものだから預かってほしい。明日、家にいる？」と電話が入り、電話を切った後、本人に確認したところ、振り込め詐欺の前兆電話だとわかりました。9月28日から29日にかけて、守山区居住の高齢者方に、孫を騙る男から「財布を盗まれた」「携帯電話をなくした」等とオレオレ詐欺の前兆電話が連続4件発生しました。9月18日名東区内で、息子を騙った男から振り込め詐欺の前兆電話が多数かかってきています。「風邪を引いた」、「財布や携帯電話を落とした」は、詐欺です。9月18日午前10時30分ごろ尾張旭市内の高齢者宅に市役所職員を名乗る男から電話があり「医療費の還付金があるのでATMに行ってください。」等と申し向けた還付金詐欺の前兆電話が発生しました。

この短い期間に狭い地域でこれだけの犯罪が発生していることに驚いてしまいます。犯人と話をしない環境をつくるため常時留守番電話設定にして、電話を切った後、必ず本人に確認しましょう。

どうか皆様くれぐれもこのような犯罪に充分ご注意ください。またご近所の高齢者やご家族に注意するように声掛けをお願い致します。

(熊澤・理学療法士)



中部メディカル新聞は皆さまの情報をお待ちしております

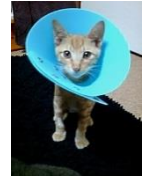


看護師雑記 みちくさ



よく目にするけれども、正式名称が答えられないものってありませんか？
今回は、「正式名称あて」にチャレンジです！

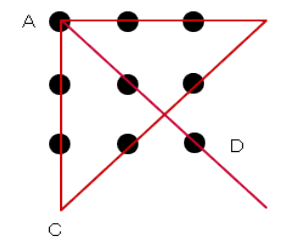
1. パンの袋につかう…「アレ」
2. 醤油の…「アレ」
3. 床屋さんの…「くるくる回るやつ」
4. 猫や犬が使う…「アレ」



気になっちゃう方は、スタッフにお尋ねくださいね♪

(山田・看護師)

9月号 答え



中部メディカル 訪問看護ステーションの理念



- **こころを大切に** (ご本人とご家族のこころを大切にします)
- **連携を大切に** (地域のケアチームと親密で良好な関係を築いていきます)
- **スピードを大切に** (出来る限り早く対応して信頼されるステーションを目指します)



訪問看護、訪問リハビリについてのご質問ご相談のお電話、メールをお待ちしております。

中部メディカル 訪問看護ステーション



〒463-0048 名古屋市守山区小幡南三丁目 17-31 B-3

TEL 052-792-9802 FAX 052-792-9803

携帯 080-5298-9513

E-mail chubucare@arion.ocn.ne.jp

HP <http://www.chubu-med.com>



中部メディカルの看護師便り



「食欲の秋」と言われるように、食べたい欲求が1年でもっとも高まるこの時期。それではなぜ、食欲がわいてくるのでしょうか？

■夏バテの回復

秋になると暑さで弱っていた体力が回復し、消化器官も正常の働きを取り戻すので、食欲が戻ってきます。

■味覚の記憶

おいしそうな食べ物が目の前にあると、以前食べた味や記憶がよみがえり、食欲中枢が刺激されます。私達は、秋の食べ物がおいしいということを経験上知っているのです。旬の食材を目の当たりにすると、自然と食欲が沸いてくるのです。秋だから食欲大盛になるわけではなく、おいしい秋の食材が、食べたい気持ちを引き起こすのですね。

■寒い冬に向けてエネルギー源を確保

気温が下がる冬は、体温を一定に保つためにカラダの新陳代謝が高まります。そのエネルギー源を確保するために、秋になると栄養を溜め込むモードにスイッチが入るのです。毎年秋から冬にかけて太ってしまう、とお悩みの方は、冬が来る前に運動を習慣化して、代謝を高めておきましょう。

どんなにおいしい食材でも、空腹でなければ、その素晴らしさを味わうことはできません。食べすぎやダラダラ食いはやめて、腹八分目を心がけてくださいね。

(松本・管理者看護師)



ニコチン依存症？

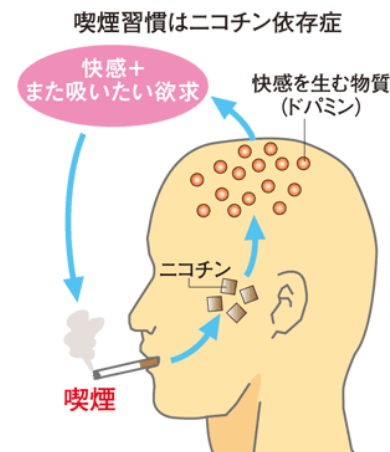


いつでもやめられると思って吸い始めたのに、いつの間にかタバコと離れられなくなってしまうのはなぜでしょう。禁煙に挑戦しても、つい吸ってしまうのはなぜでしょう。これは、タバコの煙に含まれるニコチンが麻薬にも劣らない依存性をもつからです。

タバコを吸うと、ニコチンが数秒で脳に達し、快感を生じさせる物質（ドーパミン）を放出させます。ドーパミンが放出されると、喫煙者は快感を味わいます。同時にまたもう一度タバコを吸いたいという欲求が生じます。その結果、次の1本を吸って再び快感を得ても、さらに次の1本が欲しくなるという悪循環に陥ります。この状態がニコチン依存症（=喫煙の習慣）です。

病気であるニコチン依存症を意思の力だけで治すことは難しいので、最近では禁煙治療が健康保険等で受けられるようになるなど、ニコチン依存症を治すための環境が整いつつあります。禁煙しようと思ったら、気軽に医師に相談してみてください。

(伊藤・看護師)



スタッフのほっと一息



今回は東区にある「上海亭」さんへ行ってきました。少し奥に入った場所なので見つけにくいかもしれませんが、土日でもランチがあるので嬉しいお店です！

日替わりランチ 750円（この日は野菜炒め、小鉢、唐揚げ、ごはん、ザーサイの漬物、卵スープ）をいただきました。男性でも大満足な量ですし、本格中華を手軽に味わえるのでお勧めです。焼きそばセット 580円もあんかけ焼きそば、冷奴、ライス、スープがついて味も値段も満足できると思います。他にもこちらのお店はラーメン5種類+ご飯もの5種類からお好きな組み合わせを選べるランチ 680円もあり、何を注文しようか迷ってしまいます。食欲の秋が到来し、ますますお店探索に力がいります！みなさんのお気に入りのお店、ぜひ教えて下さいね！

(三宅・看護師)



私の18のピリフ 18番「時間厳守」

私達は10分前行動、5分前集合を心がけています。訪問先へ伺う時は出発10分前には準備をして書類等確認し5分前には到着できるようにしています。

時間に余裕を持つことにより身だしなみをチェックしたり机や椅子を整えたりできるので気持ち良く過ごせます。毎日、時間厳守に気を付けています。

(熊澤真・専務)

