

## 第64回 いきいきサロン

中井町内会いきいきサロン担当・大森 武生

日時：平成24年9月12日（水） PM1:00～PM3:00

場所：中井公会堂

### 1. 見守り新鮮情報／情報収集・門脇正彦

#### \*142号 移動販売／物干し竿購入のトラブル

長さ調節のため竿を切った後に初めて請求金額を言われ「もう切ってしまったので返品不可」と支払いを強要された。

移動販売業者から購入する際は、購入前に商品と金額を確認すること。

#### \*143号 話を聞くだけのつもりが美容医療のトラブル

美容医療サービスは医療行為が有り、身体的なリスクを伴います。

また、多くは自由診療で保険適用がなく高額な契約となります。

施術内容、リスク、価格、施術結果の見通し等について十分な説明を受けた上で、美容手術を受けるかを判断すること。

### 2. 高齢者の元気で楽しい生活術／介護福祉士・河原二三子先生

#### ◎ 肺炎球菌助成金（75歳以上）について

今年度から後期高齢者を対象に「肺炎球菌予防接種」に助成金が付くようになりました。これは「飲み込み不良が原因」などで「肺炎」を引き起こす等に効果あるようですが、症例が少なく、医師によって評価が異なるようです。

予防注射が接種出来る病院、医院（中井町内では矢野医院、さとう内科）で受けられます。値段が医院によって異なりますので、確認してから受けて下さい。

#### ◎ あんしんカプセルについて

岡山市社会福祉協議会が実施している「あんしんカプセル」が、山中（民生委員）によって、先月配布されましたが、まだ、その趣旨が徹底出来ていませんので、再度効果的活用法をお知らせします。 **まず目的ですが、**

救急時に救急車が来た時に、救急隊員は「あんしんカプセル」の有無を探します。

従って「玄関ドアの内側」にステッカーを貼っておいて下さい。そして「あんしんカプセル」の保管場所は原則冷蔵庫ですから、冷蔵庫にもステッカーを貼って下さい。

救急隊員は、カプセルに書き込んであるデータから判断して、救急措置や搬送先の病院をスムーズに決定できるのです。

これで「搬送先のたらい回し」が防げるのです。そして親族にも緊急連絡できます。健康保険のコピーを入れておけば更に良いでしょう。



— 河原講師のお話 —

◎ ストレッチ体操

高齢者の健康維持に必要なストレッチとして「肩こりの緩和」、「首の筋肉のほぐし方」、「転倒予防の体操」を教えてくださいました。

◎ 頭の体操

ことわざ／□に漢字を入れて下さい。

- |          |        |             |         |
|----------|--------|-------------|---------|
| 1. 立て板に□ | 2. 玉に□ | 3. 豆腐に□     | 4. 暖簾に□ |
| 5. 糠に□   | 6. 柳に□ | 7. 蛙の面に(へ)□ | 8. 渡りに□ |

答え 1水 2傷 3鋌(かすがい) 4腕おし 5釘 6風  
7水 8舟

数字と入れてことわざを完成させて下さい。

- |                        |                   |
|------------------------|-------------------|
| 1. 石の上にも( )年、          | 2. ( )寸の虫にも( )分の魂 |
| 3. あたるも( )卦当たらずぬも( )卦、 | 4. ( )度訪ねて人を疑え    |

5. 人のうわさも ( ) 日、 6. ( ) 転び ( ) 起き  
7. ( ) 人寄れば文殊の知恵  
8. ( ) で神童 ( ) で才子 ( ) 歳すぎれば只の人  
9. 六十の ( ) つ子、 10. ( ) 兎を追うものは ( ) 兎をも得ず

答え 1. 三 2. 一、五 3. 八、八 4. 七 5. 七十五 6. 七、八  
7. 三 8. 十、十五、二十、9. 三 10. 二、一

### 3. お楽しみ抽選会／今日の運勢は？

#### 4. 出席者

大森武生、光子、茂子、仁、満寿子、中村初子、弘子、中西啓次、青井幸子、門脇正彦、  
松本美智子、松田千鶴子、山中国之、岩坪正幸、西村忠男、梶田恵美子、実盛泰子、  
河原二三子、大森勝（中井町内会長）。

19名

