

第 104 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 28 年 1 月 13 日 (水) 13:00~15:00

場 所 中井公会堂

1 見守り新鮮情報／情報収集・門脇正彦

*239 号 市販薬で副作用

薬局やドラッグストアなどで買った薬でじんましんが出たり、目、唇がはれたりする。

一言アドバイス／医薬品を購入する場合担当者相談する。アレルギーの有無を確認する事。

*240 号 安価なミシンを買うつもりが予想外な高額ミシンに

折り込み広告の 1 万円のミシンを買うつもりが、デモンストレーションされ 30 万円のミシンを買わされた。

一言アドバイス／特に業者などを室内に入れる場合は、必ず家族や近所の人に付き添ってもらうこと。

*241 号 低温やけどにご用心

炬燵で就寝し朝起きたら足の指から出血し、やけどになっていた。

一言アドバイス／カイロやこたつ電気毛布など、温かく感じる程度の温度でも長時間皮膚が接することで低温やけどがおきます。高齢者は重症となるので特に注意。

困りごと、疑問点があれば 下記へ

岡山消費生活センター 086-803-1109 局番なし 188

2. 腰痛について／介護福祉士 河原二三子

腰痛予防の動作、予防ストレッチについて講義をして頂きました。

3. 28 年度「いきいきサロン」事業計画の話し合い

おしるこ、お菓子を食べながら、27 年度実施事業を参考に、面白くなかった事業を中止し新たに新規事業を導入して「28 年度・事業スケジュール」を決定しました。



カラオケ装置を眺めながら、楽しく歌います。

4. 歌声喫茶・なかい

昔の歌を沢山歌いました 「これって、認知症予防」 になるのです。

5.お楽しみ抽選会／さてさて今年の運勢やいかに！

6.出席者

大森茂子、裕子、武生、満寿子、山崎清子、松田千津子、山中国之、門脇正彦、
岩坪正幸、梶田恵美子、実盛泰子、青井幸子、本間英子、田中節子、
中西啓次、樋口政恵、河原二三子、 17名