



# 松原あんすこ通信

## 第22号



松原あんしんすこやかセンター  
(地域包括支援センター)

松原5-43-28

電話 03-3323-2511

FAX 03-5300-0212

令和4年8月発行

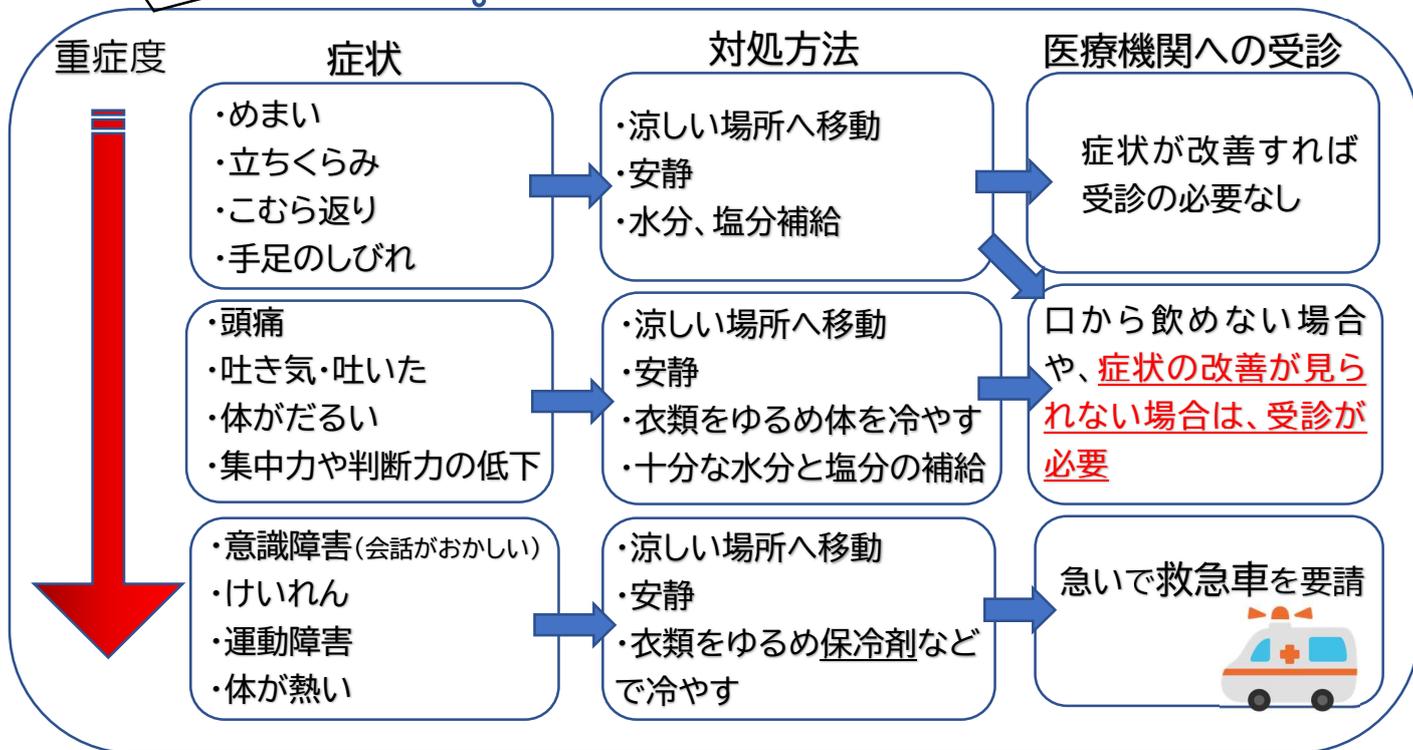
今年も猛暑・・・



早めの対処が  
大切です！！

### 熱中症の症状と対処方法

※知識を持って行動しましょう！  
約4割の方が住居で発症しています



参考：消防庁「熱中症対策リーフレット」より

熱中症にならないためには・・・

暑さを避けること・こまめに水分を補給することが大切です

**室内**  
エアコンや扇風機で  
温度調整

**室外**  
日傘や帽子の使用  
日陰の利用やこまめな休息

**水分**  
水分制限のある方は  
医師の指示で摂取を



救急車(119番)を呼びましょう！

救急車を呼んだ方がいいのかな？と迷ったら・・・

東京消防庁相談センター#7119(携帯電話・PHS・プッシュ回線)

# あんすこの仕事紹介

## アクション講座

(世田谷版認知症サポーター養成講座)



認知症になっても、これまでと同じように安心して自分らしく暮らし続けることのできる地域をめざして、住民や松原地域で働く方々と新しい認知症観について学びました。

ご希望があれば、出張講座を開催します。

今年度開催したアクション講座

5月 昭和信用金庫

シダックス(世田谷区立保健医療福祉総合プラザ管理部門)

6月 ふれあい松原 3・4 丁目(ミニデイ)、サロン・ド・モナミ

7月 ツクイ世田谷明大前(介護サービス事業所)



令和4年6月 サロン・ド・モナミにて

## ご自宅を訪問しています

「熱中症にお気を付けてください！」とお伝えしながら、松原地区を回っています。ご自宅に伺った際には、お困りごとなどお気軽にご相談ください。



スマートフォンのカメラを起動して左の二次元コードにかざしてみてください。

(カメラで読み取れない場合は Google レンズで読み取ってみてください)

松原あんすこからののお知らせ、事業概要などを見ることができます。



**\* 松原あんしんすこやかセンター \***

(地域包括支援センター)

**松原5-43-28**

**\* 電話:03-3323-2511**

**\* FAX:03-5300-0212**

**8:30~17:00**

**日曜・祝日・12月29日~1月3日はお休みです**