

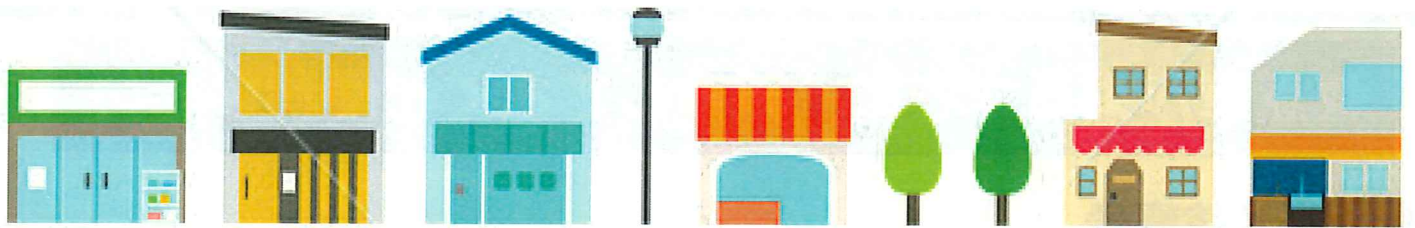


# ケアマネだより 12月

◇社協理念:あたたかい手 やさしい心でつなげよう 福祉の輪

◇経営理念:思いやりと 笑顔の介護で 地域福祉を支えます

早いもので、今年も最後の月となりました。寒くなって風邪など引いていないでしょうか。どうぞお気を付けてください。さて、今月号では、「高齢者の買い物・食事に役立つ情報」と、「いざという時の救急車の利用」についてご紹介します。



今年4月～  
開始

食品移動販売車の

「移動スーパー 魚沼マルシェ」



堀之内地区竜光 武川さん ☎ 070-2810-7748

家の近くや家の前まで来てくれます。欲しい物を事前注文もできます。今現在、守門地区へは月、水、木曜の午後に回っています。(火曜は入広瀬へ行く際に寄ってもらうことも可能) 雪の季節も行っています。



他にも、家まで商品を届けてくれる A コープ、地元商店など。

家から出掛けやすくしてくれる、乗り合いタクシー、タクシー券、A コープ上条地区買い物バス。配食サービスでは、市、社協、宅配クック1・2・3。運送会社より冷凍状態のお弁当を届けてくれるサービスなど……。買い物や食事の準備が難しい方は、生活に合わせてこれらを活用して、寒い冬を暖かく、元気に乗り切りましょう!



# いざという時のために ～壁などに貼って活用ください～

参考：消防庁リーフレット



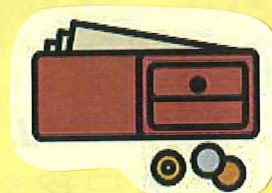
## 救急車を呼ぶときは「**119番**」！！

※近くに固定電話があれば、携帯電話より、その電話を利用するようにしましょう。

電話をかけている家の住所が地図上に正確に出るからです。

### 救急車が来るまでに、用意しておく便利なもの

保険証や診察券



お金

靴



普段飲んでいるお薬（おくすり手帳）

※救急車を呼ぶかどうか迷ったら、「主治医」に相談しましょう。新潟県では、「救急医療電話相談室」もあります。☎#7119（プッシュ回線、携帯電話）または025-284-7119（ダイヤル回線等）

傷病者 名前..... 生年月日..... 年 月 日生

持病.....

主治医.....

緊急連絡先 名前..... 続柄.....

連絡先.....

※同行するときは戸締りと火の始末を忘れずに。ご家族がいない場合はご近所の人に伝えておきましょう。