

地域包括支援センターだより

Vol.17 2024.1 発行(五霞町地域包括支援センター)

こんにちは！五霞町地域包括支援センターです♪

2024年もどうぞよろしくお願い致します！1月は特に救急搬送が多くなります。急激な温度変化が血圧の上昇・心臓への負担をかけるリスクにつながります。対策をしっかりし、体調悪化を防ぎましょう。

ご存じですか？相続登記が義務化されます！

★令和6年4月1日から相続登記の申請が義務化されます。

【全国の土地の24%が所有者不明(令和2年、国土交通省調査)】

背景には、土地の所有者不明問題の急増があります。

今後、高齢化の進展による死亡者数の増加等により、ますます深刻化するおそれがあります。

【所有者不明土地によって引き起こされる問題】

公共事業や復旧・復興事業が進まず民間取引や土地の利活用が阻害されること・隣接する土地への悪影響が生じる事など多岐にわたります。

相続(遺言による場合を含みます。)によって不動産を取得した相続人は、相続により所有権を取得したことを知った日から3年以内に相続登記の申請をしなければならないこととされました。

また、遺産分割の協議がまとまったときは、不動産を取得した相続人は、遺産分割が成立した日から3年以内にその内容を踏まえた相続登記の申請をしなければならないこととされました。

正当な理由がないにもかかわらず申請をしなかったときは、10万円以下の過料の適用対象となります。



自分や家族の今後のこと、土地のことやお金のこと、
どうすればいいのか不安…。

令和5年度 第2回 家族介護教室 今から始める終活 ～元気なうちに備えよう～

「まだ大丈夫だから」とご自身のことや親御さんのことで思う方もいるかもしれませんが、元気なうちの今だからこそできることがあります。現在のこと、未来のことを一緒に考えてみませんか？

日 時:令和6年1月30日(火) 10:00~12:00

場 所:五霞町福祉センター「ひばりの里」和室 (〒306-0303 茨城県猿島郡五霞町江川 3201)

講 師:五霞町地域包括支援センター 職員

内 容:遺言や相続に関するミニ講和、終活ノート(エンディングノート)の作成等

※ご参加いただいた皆様全員に終活ノートを無料配布します

参加費:無料

定 員:30名程度

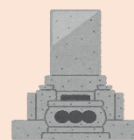
申し込み〆切:令和6年1月23日(火)まで

※電話・FAX・E-mail のいずれかでお申し込みください。

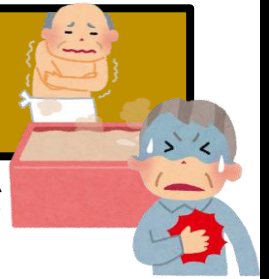
電話:0280-84-0765 / FAX:0280-84-3887

E-mail:info@goka-syakyo.or.jp

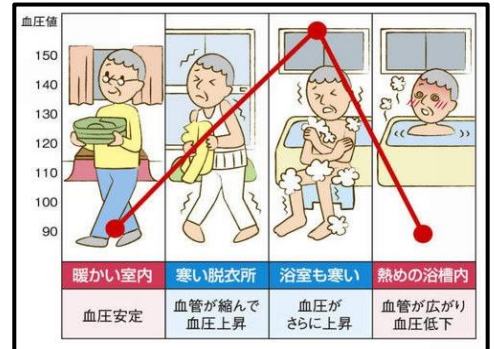
担当:高原・橋本



ヒートショックにご用心！



大きな気温の変化によって血圧が急激に上下し、心臓や血管の疾患が起こることを、「ヒートショック」と呼びます。急な温度差による急激な血圧の変化を起因とします。暖かい部屋から寒い部屋に移動すると一気に血圧が上昇し、お風呂に入ると一気に血圧が下がります。この血圧の変化により、一時的に脳内に血液が回らず意識障害が起こることがあります。それが溺死の原因になると考えられています。



交通事故死亡者数の約 2 倍！

厚生労働省の「人口動態調査」(令和3年)によると、高齢者の「不慮の溺死及び溺水」による死亡者数は高い水準で推移しており、近年では「交通事故」による死亡者数よりも多くなっています。(交通事故死亡者数…2,150 人、浴槽内での不慮の溺死及び溺水の死亡者数…4,750 人)1月をピークに11月～4月の冬季を中心に多く発生しています。事故を防ぐためには、高齢者本人だけでなく、家族の方など周りの方も一緒になって入浴習慣を見直すことが大切です。(消費者庁HPより引用)

ヒートショック対策のポイント

- (1)入浴前に脱衣所や浴室を暖めましょう。
- (2)湯温は 41 度以下、湯につかる時間は 10 分までを目安にしましょう。
- (3)浴槽から急に立ち上がらないようにしましょう。
- (4)食後すぐの入浴や、飲酒後、医薬品服用後の入浴は避けましょう。
- (5)入浴する前に同居者に一声掛けて、意識してもらいましょう。



おらせ

各種講座を開催します♪

★認知症サポーター養成講座

日時:令和 6 年 1 月 12 日(金) 13:30~15:00

場所:五霞町福祉センター「ひばりの里」和室

内容:認知症の症状や認知症の方に接するときの心構え

定員:20 名程度

申し込み〆切:令和 6 年 1 月 5 日(金)

★認知症サポーターステップアップ講座

日時:①令和 6 年 1 月 19 日(金) 13:30~15:00

②令和 6 年 1 月 26 日(金) 13:30~15:00

※両日の参加をお願いします。

場所:五霞町福祉センター「ひばりの里」和室

内容:認知症の方や家族のやりたいこと、支援してほしいことなどを叶える地域での活動に活かしていただくための講座になります。講座終了後、修了証をお渡します。

※認知症サポーター養成講座を受講したことがある認知症サポーターが対象です。ステップアップ講座のみを受講することはできません。

定員:20 名程度

申し込み〆切:令和 6 年 1 月 12 日(金)

お問い合わせ: 五霞町地域包括支援センター ☎ 0280-84-0765 担当:高原

