

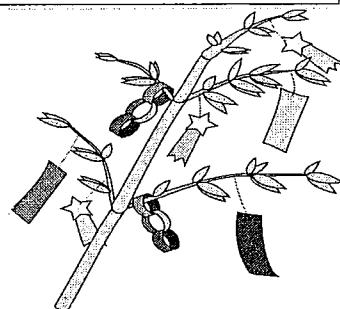
西部地域包括支援センター 愛全園

センターだより

2018年 7月号  
平成30年 7月1日

発行 昭島市西部  
地域包括支援センター愛全園  
昭島市田中町2-25-3  
☎ 513-7651

今年も日差しが厳しい季節がやってきました。気温が急激に上昇する梅雨明けから熱中症が起こりやすくなります。こまめな水分補給、室内の温度と湿度の管理をすることで、熱中症は予防することができます。



## 熱中症～ご存じですか？予防・対処法～

### 熱中症は予防が大切です

熱中症は気温などの環境条件だけでなく、人間の体調や暑さに対する慣れなどが影響して起こります。気温がそれほど高くない日でも、湿度が高い・風が弱い日や、体が熱さに慣れていない時は注意が必要です。

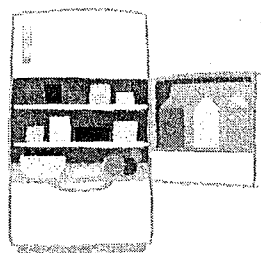
### ※急に暑くなった日や活動の初日などは特に注意

人間の体は熱い環境での運動や作業を始めてから3～4日経たないと、体温調節が上手になってきません。このため、急に暑くなった日や久しぶりに暑い環境で活動をした時には、体温調節が上手くいかず、熱中症で倒れる人が多くなっています。

### ※汗をかいた時には塩分の補給も忘れずに

#### 《高齢者の注意点》

- のどがかわかなくても水分補給
- 部屋の温湿度をこまめに測る



○高齢者は室温に対する感覚が弱くなるために、室内でも熱中症になることがあります。

○室内に温湿度計を置き、こまめに水分を補給することを心掛けましょう。

参考資料：環境省環境保健部 環境安全課「熱中症」

## 今月のお知らせ

認知症カフェ「オレンジドアあきしま」は、認知症等の介護者や、認知症の方が、お茶を飲みながら気軽にくつろぐカフェです。

開催日は、毎月第1月曜日 10時～15時 です。時間内ならいつ来ても、いつ帰っても、長時間でも構いません。

【開催予定日 7/2(月)・8/6(月)・9/3(月)】

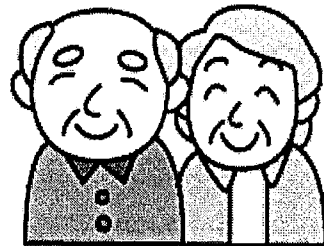
参加の際の費用は 参加者1人につき、100円です。

会場は、松原町コミュニティセンター2階

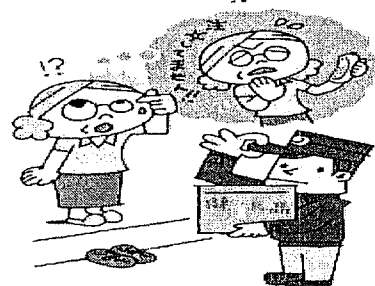
昭島市松原町1-3-10

お問い合わせは 社会福祉協議会 ☎ 042-544-0388 まで

お願いいたします。



## 消費者被害を防ぎましょう！



### ◎相談事例◎

「近くで屋根工事をしていたら、お宅の瓦が傷んでいるように見えたので点検したい」と業者が訪問してきた。点検した後、業者が撮影した瓦の映像を見せられ、「かなりひどい。このままでは雨漏りするかもしれない。すぐに工事をしたほうがいい」と言われた。迷っていると、「たまたま今日この地域に来ているので今でないと契約出来ない」とせかされ、約40万円の契約をしてしまった。不安になって、やめたいと連絡したが、「もうキャンセルは出来ない」と怒鳴られた。(70歳代 女性)

### ◎助言◎

- ★住宅リフォームの工事等の勧誘が目的ということを告げず点検を持ち掛け、不安をあおって契約をせかすという「点検商法」のトラブルが後を絶ちません。家族や周囲の人も高齢者の様子に気を配りましょう。
- ★「点検させてほしい」と訪問してくる業者には対応しないようにしましょう。
- ★点検を依頼した場合でも、結果をうのみにしないで、受け止めることが大切です。別の専門家等に確認して、複数の見積もりを取るなど、決してその場で契約しないようにしましょう。
- ★法定の契約書面を受け取ってから8日以内である等の場合はクーリング・オフを行うことができます。

### ◎クーリング・オフとは◎

- ★訪問販売や家電勧誘販売など特定の取引で契約した場合に、一定期間内であれば無条件で契約を解消できる制度です。対象となる取引と期間は、法令等によって定められています。訪問販売の場合契約書を受け取ってから8日間です。

※迷ったり、困ったりしたらまず電話を！ ～ひとりで悩まず、ご相談下さい～

『昭島市消費生活センター』 ☎042-544-9399

相談時間 平日午前9時～正午、午後1時～4時