

## 地域活動団体の紹介

# 育みネット長井

## 「育みネット」ってなあに？

子どもたちが地域の方々とふれあい、学び、そして安全で楽しく過ごすことのできる居場所づくりのために「育みネット長井」が設置されました。

## どんな活動をしているの？

平成14年から、毎月第3土曜日の午前中、「土曜らんど」を開催し、学校5日制に伴う休日の居場所づくりを行っています。

また、平成27年からは、平日放課後の過ごし方の充実を図るため、毎月一回水曜日に放課後子ども教室事業を行っています。豊田では、「とよだWednesdayクラブ」として楽しく活動しています。コロナの影響でここ2年間は活動自粛中です。以前のように子どもたちが集まって遊んだり、地域の方や高齢者の方とのふれ合い活動は減ってきましたが、みんなが集まらなくても楽しめる製作など、他地区の取り組みをヒントにただ今検討中です。

地域の子どもたちが健やかに成長していくお手伝いができたらと頑張っています。



## 高齢者の入浴事故(ヒートショック)を防止しましょう

厚生労働省の人口動態統計によると、**家庭の浴槽での溺死者数**は、平成28年は5,138人で、平成18年からの**10年間で約1.5倍に増加**しています。

年齢別にみても**65歳以上の高齢者数**は4,756人で、家庭の浴槽での溺死者数**全体の約9割**を占めています。

発生状況を**月別に見てみると12月～2月に年間の約半数**を占めています。気温が低くなる冬場の脱衣場や浴室は特に室温が低くなりがちです。衣服を脱いで急に浴槽に張った熱いお湯につかると、急激な温度差によって大きく血圧が変動し、ヒートショックが起こりやすい条件となります。(公益財団法人長寿科学振興財団ホームページより)

### 予防のためのポイント

- ①浴室や脱衣所を暖める(浴槽のフタを開けておく、浴槽に湯を張る時にシャワーを使う、ヒーターを使用するなど)。
- ②入浴前に家族に声掛けする。
- ③湯温は41度以下とし、湯につかる時間は10分以内を目安にする。
- ④入浴前後に水分補給する。
- ⑤入浴前かけ湯をする。
- ⑥浴槽から上がるときはゆっくり上がり、転倒に注意する。
- ⑦体調不良時、飲酒後や食事の直後、睡眠薬などの服用後、早朝は入浴しない。