

# 健康百科

7月になり、汗ばむ時季になりました。夏に多い皮膚トラブルや脱水症に注意して、赤ちゃんと迎える夏を過ごしやすいものにしていきたいですね。

## 乳児期の赤ちゃんとの関わり

### ◎衣服の調整をしましょう

赤ちゃんは基礎代謝が高く汗をかきやすいため、汗をかいた時には、濡らしたタオルで拭き、小まめに着替えさせましょう。そうすることで、あせもや湿疹の予防につながります。

赤ちゃんのおなかや太もも、お尻など、服に包まれている部分が冷たければ寒い、首筋や背中が汗ばんでいれば暑いというサインです。サインに合わせて衣服の調整をしましょう。

### ◎脱水症状に注意

暑さが厳しいと脱水症状も心配になりますが、極

## 夏の赤ちゃんとの過ごし方について

端におしっこ量が少ない、色が濃い、皮膚が乾燥しているといった症状がなければその心配はありません。水分補給は基本的に母乳やミルクで補えますが、心配であれば、さ湯や乳児用の麦茶を与えるようにしましょう。また、授乳中は母乳に水分を取られるので、お母さんも小まめに水分補給をしましょう。

## 「いちごのわ」に相談を

子育てをしていると、赤ちゃんのちょっとしたことでも気になることが出てきます。「妊娠・子育て相談 いちごのわ」では、栄養士や保健師による離乳食などの食事の相談のほか、妊婦さんやお子さんの発育・発達に関する相談を受け付けています(予約制)。一人で悩まず、気軽にご連絡ください。

子育て包括支援課

こがキラPhotoクラブ

## 私のオススメ!!

古河歴史博物館は、今年1月に国宝「鷹見泉石像」が帰ってきたことでも話題になりましたね。向かいにある鷹見泉石記念館は、おもむきがあり、昔の古河にタイムスリップした気分が味わえます。ドラマや映画のロケ地としてもよく使われていて、聖地巡礼としても楽しめますよ!

歴史好きな人はもちろん、歴史に詳しくない人でも楽しめること間違いナシです!

昔の古河にタイムスリップ!

## 古河歴史博物館/鷹見泉石記念館



### 【施設概要】

開館時間：9時～17時  
住所：中央町3-10-56  
電話番号：22-5211



こがキラメンバー なななん

# 古河市の高齢者見守りサポート

令和3年4月から、在宅で生活する高齢者が自宅に緊急通報装置を設置することで、24時間365日安心した生活が送れるようになる「古河市高齢者見守りサポート事業」を実施しています。

【問】 高齢介護課 Tel.92-4921

## サービス内容

### 01 緊急通報システム

病気やケガなど緊急時に通報ボタンを押すことで、受信センターが24時間365日対応し、状況に応じて救急車等の要請や指定の親族へ報告を行います。  
※自宅に固定電話が無い場合は携帯端末型緊急通報装置が利用できます。

緊急通報システム



携帯端末型  
緊急通報装置



人感センサー



### 02 人感センサー

緊急通報システムの通報ボタンを押せずに倒れてしまった場合、一定時間反応が無いと、センサーが異常を感知し、受信センターへ自動通報します。  
※固定電話が無いと利用できません。また、電話回線の種類によって利用できない場合があります。

### 03 お元気コール

看護師や専門のオペレーターが月1回電話し、健康に関するアドバイスを行います。

### 04 相談窓口

健康や暮らしに関することなど、さまざまな相談に応じた窓口があります。

月額 **300円** でご利用できます



※通信料および電気料は利用者負担となります。

※携帯端末型緊急通報装置を利用する場合は、携帯電話会社との契約が必要となり、別途費用負担が発生します。

## サービスを受けられる人

疾病等の理由により健康に不安があり、見守りを必要とする高齢者で、次のいずれかに該当する人

- ①70歳以上のひとり暮らしの高齢者
- ②75歳以上の高齢者のみの世帯(同居者全員)
- ③70歳以上で、同居者が下記のいずれかに該当するため、緊急時の対応が困難である人
  - ・身体障害者手帳1級・2級、精神障害者保健福祉手帳1級、療育手帳A・Aの人
  - ・要介護4以上の人
  - ・認知症と診断されている人

※同一敷地内、隣接敷地に75歳未満の親族が住んでいる場合は対象外となります。