

2つの安心で 在宅生活を支えます



住み慣れた地域で暮らしていきたいと思います

認知症高齢者等 GPS 機器購入費等補助金

《認知症総合相談窓口》

町地域包括支援センター（電話 72-0339）

行方不明になる可能性のある人の安全を確保するため、GPS 位置情報システムで位置情報が確認できる機器の購入またはレンタルにかかる費用を補助します。

【補助対象者】

町内に実際に居住している、行方不明になる可能性のある人を介護する介護者

【補助対象事業】

- ① GPS 機器等の購入費用
- ② その GPS 機器等と併せて使用する機器の購入費用
- ③ GPS 機器等をレンタルする場合の加入手数料や登録手数料
（月額利用料は対象外）

【補助金額】

- 補助上限額：1 万円
- 行方不明になる可能性のある人 1 人につき 1 回

【手続き】

- ① 申請書、見積書の提出
- ② 補助金の交付決定
- ③ GPS 機器等の購入、レンタル
- ④ 実績報告（領収書）の提出
- ⑤ 補助金の交付



認知症高齢者等 事前登録事業

行方不明になる可能性のある人の特徴などを事前に町と黒坂警察署に登録することで、その情報を活用しできるだけ早く捜索活動を行い、早期発見・保護する事業です。

【登録対象者】

町内に実際に居住している、行方不明になったことがある人、行方不明になる可能性のある人

【登録内容】

- ① 氏名、生年月日、住所
- ② 身体的特徴（身長、体格など）
- ③ 医療・介護状況（主治医、ケアマネジャーなど）
- ④ 緊急連絡先
- ⑤ 全身写真を添付

【手続き】

- ① 登録申請書、全身写真の提出
- ② 町に登録
- ③ 黒坂警察署に登録（町が行います）

安心して暮らしていきたいと思います。
お気軽にご相談ください。



日野病院 病院長 孝田 雅彦

日野病院の孝田雅彦病院長が、さまざまな病気や健康について、その予防法や健康に過ごすための豆知識などお役立ち情報をお届けします。



冬場に増える入浴事故 その原因と背景とは

今年は12月に入っても雪が降りました。急に寒くなったので、「温かいお風呂にゆつくり入って、そのあとお酒でも飲もうか」と思っている方も多いのではないでしょうか。

もちろん温かいお風呂は冬の楽しみでもありますが、実は危険も潜んでいます。私の患者さんも、これまでにお風呂で亡くなった方が2名おられます。2023年の統計では、浴槽での溺死だけで約6,900人が亡くなっています。心臓発作などを含めた入浴中の急死の総数は、年間2万人近くと推計され

ています。これは交通事故で亡くなる人のおよそ3倍にあたります。

なぜこのように入浴中に亡くなる方が多いのでしょうか。その大きな要因として「ヒートショック」と呼ばれる現象が考えられています。ヒートショックといっても、やけどをするわけではありません。急激な温度変化によって血圧や脈拍が大きく変動することを指します。血圧が急に大きく上がったたり下がったりすると、失神、心筋梗塞、脳卒中、溺水などを引き起こす原因になります。

温度差が引き起こす ヒートショックの仕組み

皆さんのお風呂場はどうなっていますか。まず脱衣所はどうでしょうか。冷たい風が吹き込むような寒い脱衣所ではありませんか。それはとても危険です。寒い脱衣所で服を脱いで冷たい空気にさらされると、体は熱を逃がさないように血管をぎゅっと縮めるため、血圧が一気に上昇します。この血圧の上昇は心臓にとって大きな負担になり、

心筋梗塞や脳出血の引き金になります。

次に、熱いお湯のたまった浴槽に入ると、一気に血管が広がって血圧が急激に下がります。このとき一時的に脳への血流が減り、目の前が真っ暗になるような「立ちくらみ」が起こり、転倒したり、浴槽内で溺れてしまったりすることがあります。また、血圧の変動によって脳梗塞や心筋梗塞を誘発することもあります。

では、このようなヒートショックを起こしやすいのはどのような方でしょうか。まず高齢者です。自分では元気だと思っても、年齢とともに血管の動脈硬化は進んでいます。高血圧、心臓病、脳卒中、糖尿病、腎臓病、不整脈、脂質異常症などの持病がある方は特に要注意です。かかりつけ医で血圧やコレステロールの管理を行い、必要に応じて血管の硬さ（いわゆる血管年齢）を調べてもらうと、自分のリスクを知る手がかりになります。私の外来患者さんには毎年心電図と血圧脈波をセットで

測定し、リスクをチェックしています。

また、お酒を飲んだからお風呂に入る人、睡眠薬や血圧の薬を飲んですぐお風呂に入る方も危険です。特に多量の飲酒後は、お風呂に入るのはやめましょう。お酒を飲む方は「入浴してからお酒を飲む」を原則にしてください。

最後に、危険な入浴パターンとして、深夜や早朝の冷え込む時間帯に入浴すること、暖房のない脱衣所、熱いお湯（適温はおおよそ40度以下）、長湯、飲酒後の入浴などが挙げられます。

いかがでしょうか。思い当たるところはありませんか。今回は、その具体的な対策についてお話しします。

