

地域包括支援センター

だより



郡上市地域包括支援センター

「もしも」の時に備えて認知症の人の徘徊にGPS端末の活用を!

市では、認知症等による徘徊行動またはそのおそれのある人の安全と、家族が安心して介護できるように、GPS端末の初期登録料、GPS端末を内蔵して使用できる専用シューズの購入費用を助成しています。

◆GPS端末とは？

縦約5センチ、横約4cm、厚さ1cmの手のひらにのる大きさです。



端末本体の位置情報を家庭のパソコンや携帯電話・スマートフォンからインターネット上で確認することで、対象者の居場所が特定できるしくみです。



本体端末は、専用シューズの靴底に入れることもできます。シューズは、紐タイプ(茶色)とマジックテープタイプ(黒)の2種類です。サイズは22.0~27.0cmがあります。

◆使用されている家族に話を伺いました

Q: 使ってみて感想は？

A: 使う前は、時間をみて電話をかけて居場所を確認していましたが。今は大体の場所がわかるので安心して外出させることができます。

Q: GPS端末はどのような持ち方していますか？

A: お守りと言って小さい袋に入れて、ポケットに入れて安全ピンで止めています。本人もお守りと思っていて、出かける時に「これこ

れ。これがない」と言っていてポケットを確認して出かけるようになりました。

担当者からメッセージ

「まだひとりで帰ってこられるから大丈夫。帰ってこられなくなったら考える。」と言われる家族からの声を耳にします。「備えあれば憂いなし」もしもの時に備えましょう。

(参考)助成費用

初期登録料: 5900円

(税抜)

靴購入費用:

●マジックタイプ

7800円(税抜)

●紐タイプ

9800円(税抜)

※詳しくは、高齢福祉課内郡上市地域包括支援センターへ問い合わせください。

67・00008



つくっておい! たべておい!

健康
づくりは
減塩から

~あの味 この味 うす味で~

郡上市食生活改善推進員協議会
大和支部 (まめグループ)



たんたくん

新じゃがいもの時期ですね。皮が薄くて水分を多く含み、特に皮の辺りにビタミン類が豊富な新じゃがいもは、皮ごと食べるのもおすすめです。切り方、調理方法によって様々な料理に変身させて楽しみましょう。

◎ チーズハッシュドポテト (4人分) ◎

じゃがいも..... (中) 3個
ベーコン..... 3枚
豆苗 (とうみょう)..... 1/3袋
ピザ用チーズ..... 1カップ (50g)
オリーブオイル..... 大さじ3

(つけ合わせ)
レタス、トマトなど

1人分: エネルギー 233kcal、食塩相当量 0.6g

《つくり方》

- ①じゃがいもは洗って千切りに、ベーコンも千切りにし、豆苗は根元を切り落として縦1/2の長さに切る。
- ②①にピザ用チーズを加えてざっくり混ぜる。
- ③フライパンに、オリーブオイル大さじ2をひき、生地を広げて中火でカリカリに焼く(片面約5分)。生地を裏返し、オリーブオイル大さじ1を回しかけ、表と同様にカリカリになるまで焼く。
- ④お皿につけ合わせの野菜を添え、③を食べやすい大きさに切って盛り付ける。
※お好みでケチャップを添えてもおいしいです。



★毎月19日は
『食育の日』★