

回 覧

2022年（令和4年）夏号

# 包括野上 だより

## 福山市地域包括支援センター野上

福山市野上町一丁目2番17号

☎ 電話 084-921-0210

☎ FAX 084-921-0243

月曜～土曜 8:30～17:30  
(夜間・休日 可)

### 特殊詐欺被害多発警報！！

役所になりすまして

保険料の払い戻しがある

百貨店になりすまして

クレジットカードが  
不正利用されている

警察になりすまして

犯人を捕まえたら  
名簿がでてきた

金融機関・銀行協会になりすまして

キャッシュカード・通帳が  
古いから交換する

情報が洩れている  
キャッシュカード・通帳を新しく作る



手続きに必要なので **暗証番号** を教えて

今からキャッシュカード・通帳を取りに行く

年齢に関係なく、誰でも被害に遭う可能性があります

騙されないために 

「うまい話は詐欺を疑いましょう」

「絶対にキャッシュカードを渡さない！」

「身に覚えのない請求にはすぐに応じない」

「電話で暗証番号を教えない」



判断が難しい時は最寄りの警察に相談しましょう

# 熱中症に気を付けよう

気象庁は7月から9月までの3ヶ月予報を発表しました。  
梅雨明け後は厳しい暑さが予想され、例年よりも猛暑日や  
真夏日が多くなる見込みです。

今年も熱中症への警戒が必要な時季を迎えました。  
熱中症にご注意ください。



## こまめな水分補給を

のどの渇きを感じなくても、こまめに飲む



## 経口補水液を作ろう

水 500ml



+

砂糖 20g  
(ペットボトルキャップ  
すりきり4杯)



+

塩 1.5g  
(キャップ1/3杯)





# 介護保険負担割合証

ご存じですか？

## 介護保険負担割合証について

介護度が書いてある介護保険証をお持ちの方は、1年に1回7月下旬頃に新しい介護保険負担割合証が届きます。

前年の収入で負担割合が変わってきます。

土地やマンションの売却があった場合も割合が変わっていますので、確認をおねがいします。

介護保険負担割合証	
交付年月日	2022年 7月 下旬
被保険者番号	01235456789
住所	福山市野上町一丁目2番17号
名前	野上 花子
性別	女
生年月日	〇〇△年 4月 1日
利用者負担の割合	適用期間
3割	2022年 8月 1日
	2023年 7月 31日
保険者番号及び名称並び印	342071 福山市



介護保険負担割合証が届きましたら  
担当ケアマネまで  
ご連絡ください。

# 認知症地域支援推進員からのお知らせ

知っていますか？



## 【もの忘れ】と【認知症】の違いについて

単なるもの忘れ	認知症の記憶障害
目の前の人の名前が思い出せない	目の前の人が誰なのかわからない
物を置いた場所を思い出せない	置き忘れや紛失が頻繁になる
何を食べたか思い出せない	食べたことを忘れている
約束をすっかり忘れてしまった	約束をしたことを忘れている
物覚えが悪くなったように感じる	数分前の記憶が残らない
曜日や日付を間違えることがある	月や季節を間違えることがある



他の病気と同様に、認知症も  
早期発見が大切です。  
かかりつけ医や専門医へ、  
早めに相談をしましょう。