

### 後を絶たない振り込め詐欺 手を変え、品を変え



先日、高齢者向け賃貸住宅で、入居者がキャッシュカードをだまし盗られ、現金が引き出されるという被害が発生しました。手口はつぎのようなものでした。”警察”を名乗る男性から入居者宅へ電話がかかってきて、「コンビニであなたのキャッシュカードが使用されている。カードの暗証番号を教えてください」と言われ、入居者は暗証番号を教えてしまいました。その後、訪問した”銀行協会”を名乗る男にキャッシュカードを渡してしまい、100万円近くを引き出されてしまったというものでした。警察官や金融庁、金融機関職員等が暗証番号を聞いたり、キャッシュカードを受け取りに来ることは絶対にありません。電話でお金が出たら、「振り込め詐欺では？」と疑って、すぐに身近な人や警察に相談しましょう。

### ヘルパーステーション旭 オープン

「ヘルパーステーション旭」が11月1日（月）に開所しました。ホームヘルプサービスとケアプランを作成する居宅介護支援のサービスを提供いたします。

平成21年度から始まった「中期経営計画」で掲げた、地域介護事務所の未設置区に事業所展開をするという計画は、旭区にヘルパーステーションを開設したことで目標を達成しました。地域介護事務所系は21拠点、地域ケアプラザは18館、入所施設は3館となり、「ヘルパーステーション旭」は協会の42番目の事業所となりました。新しい顔をよろしくお願いいたします。

〒241-0821  
横浜市旭区二俣川2-85-1

ジブラルタ生命二俣川ビル3F  
TEL 045-360-3290 FAX 045-360-3295



ぜひお立ち寄りください  
〔交通〕相鉄線「二俣川駅」南口から徒歩約5分  
〔ミニ情報〕地図にある駅ビル「グリーングリーン」は二俣川駅南口の再開発で2011年中には閉鎖され、建て替えが始まります。2015年には新しいランドマークとなるビルが開業を予定しています。

### 知って楽になる介護の話 第2回 ～寝返り編～

前回この欄の冒頭でお伝えした、「人の自然な動きを引き出すように介護する」ことについて、少しずつご紹介していきます。

疾病のために身体の動きが不自由になってしまっても、人の自然な動きを再現する介助は、人にとってこちよく、介助者にとっても負担の少ない介護です。

ここではまず、自然な寝返りと自然な寝返りに沿った介助方法をご紹介します。

#### 人の自然な動き〔寝返り〕



あおむけに寝ています



頭を寝返る方に傾け、寝返る反対側の膝を立てます



体をまわします



寝返る反対側の腕と足を寝返る方に移すと、体も一緒に回ります

#### 自然な動きに沿った〔寝返り〕の介助法



頭を寝返る方に傾け、寝返りした時に安定した姿勢になるように、右腕を軽く広げます



ポイント  
左腕を体に乗せると介助のときに自然に体重移動ができます

左腕を体の上に寄せ、寝返る反対側の膝を立てます（足をつかまないように足の下に手を添えます）



ポイント  
腰と肩を一緒に回すと、勢いがついて介助される人が恐怖を感じることがあります

左側の骨盤を支えて軽く右へ誘導します。お尻が回ると自然に肩がついてきます



姿勢が安定するように、前の方へ体を傾けます