

# ささえあい通信



令和七年度 第三号



西条市 介護保険課

TEL.0897-52-1412

[受付時間]月曜日-金曜日 8:30-17:15

## インフルエンザに要注意

【症状】38度以上の発熱・頭痛・関節や筋肉痛などの全身の症状が急に現れ、高齢の方や慢性疾患を持つ方は重症化することもあります。出典：厚生労働省HP：インフルエンザ（総合ページ）より



愛媛県全体でインフルエンザが流行中です。

保健所別でみると、西条保健所（西条市・新居浜市）エリアは県内で最も流行しています。年齢別にみても、ほぼすべての年齢で増加傾向にあります。

（愛媛県HP：愛媛県感染症情報センターインフルエンザ情報より）

これからの季節、人と会う機会もさらに増えるかもしれません。自分と周りの人を守るため、感染予防につとめましょう。



### ◇ 各お問い合わせ先一覧 ◇

担当地区	名称	場所	電話番号
玉津・西条・旭町	西条市地域包括支援センター 西条北部	西条市朝日市269-1 (清生会西条病院内)	0897-55-5359
飯岡・大町・神戸・加茂	西条市地域包括支援センター 西条南部	西条市福武町162-1 (西条愛寿会病院横)	0897-55-0630
水見・橘・檍塙・大保木 ・小松地区全域	西条市地域包括支援センター 西条西部・小松	西条市小松町新屋敷436 (小松サービスセンター内)	0898-52-8221
東予地区全域	西条市地域包括支援センター 東予	西条市三芳1535-1 (龜天会内)	0898-66-5520
丹原地区全域	西条市地域包括支援センター 丹原	西条市丹原町池田1733-1 (丹原サービスセンター内)	0898-35-3427

開設時間：月曜日～金曜日（祝祭日、12月29日～1月3日を除く）9時00分～17時00分

事例②

# 出張公民館



「出張公民館」は、飯岡地区で「行事に参加したいけど公民館までは遠くてなかなか行けない」という声に応える形で始まりました。

地域にある集会所に公民館や包括支援センター、市役所の介護保険課の職員がお伺いし、認知症予防など介護予防に関する講話や「いきいき百歳体操」の体験会を行ったり、軽スポーツでみんなで楽しく盛り上がったりと様々なイベントを行っております。この出張公民館で知った助成制度をもとに新たに住民グループを立ち上げた方もいらっしゃいました。この事例も今後各地で広がるといいなあと思っております。

つながりが「元気」のもと!!



[「健康麻雀」](#) (マージャン) は、脳の活性化のために「呑まない・吸わない・賭けない」を基本ルールにした、安心して楽しめるレクレーションです。  
指先を使う・考える・会話が生まれるという三つの効果が脳の活性化や気分転換につながります。  
初心者の方にも丁寧にサポートしますので、ぜひお気軽にご参加ください。

元々東予地区で盛んに行われていましたが、丹原や飯岡などでも開催したところ予想を上回る人気となっております。

「うちの地域でもやりたい！！」という方がいらっしゃいましたら、是非裏面の各地域の[包括支援センター](#)までお気軽にお問い合わせください。



事例①

