

# ちょっと気になる高齢者…

## あなたの周りにいませんか？



高齢になってくると、記憶力や判断力が低下し、道に迷ったり、自分の家が分からなくなる方もいます。もし皆さんの周りに気になる高齢者がいるときには、地域包括支援センターまで情報をお寄せください。

連絡いただいた方の情報は伏せ、職員が地域の巡回や訪問、相談を行うなど事故が起こらないよう支援します。

■ 認知の低下がある高齢者を支える家族の皆さんへ  
日ごろから、こんな工夫をおすすめします！

・ 衣服に目印を付けておきましょう。探すときに特徴が分かりやすくなります。

・ 家族への連絡が素早くできるように、連絡先を全ての衣服や靴に付けておきましょう。

▼ 連絡・相談窓口 地域包括支援センター（市役所2階 42-3213）

■ もしも行方不明者が発生したときには

① 親戚、友人、近所など思い当たるところへの連絡・確認をし、行方不明者を発見したときには連絡をもらうようお願いしましょう。

② それでも行方が分からないときは、速やかに警察に届けましょう。夜間は探しにくく、また、連絡が遅れるほど、探す範囲が広がり発見が困難になります。

▼ 道に迷っているような高齢者等を見かけたときには

① やさしく声をかけてあげて

▼ 名前や住所が答えられなかったり、行き先が分からない場合は、警察に連絡をし、警察官が来るまでそばに付いているか、最寄りの交番への案内をお願いします。



ください。

② 汗をかいていたり、喉が渇いている様子的場合は、水分を補給してあげてください。

▼ 最寄りの警察署・交番

・ 赤歌警察署（☎ 32-0110）

・ 歌志内交番（☎ 42-3227）

・ 文珠駐在所（☎ 42-3240）

## 交通ルールを守って

### 自転車に乗りましょう

雪解けとともに自転車に乗ることが多くなる時期となってきました。自転車は身近で便利な乗り物ですが、危険な運転やルール違反によって交通事故に遭ったり、歩行者と衝突したりする事故が発生しやすくなります。

自転車もルール違反によって事故を起こせば、刑事上の責任だけでなく、高額な賠償金など民事上でも大きな責任を負うこととなりますので、交通ルールを守って安全に運転をしましょう。

（赤歌警察署・交通事故ゼロ作戦本部・歌志内市）

■ 自転車の交通ルール「自転車安全利用5則」

▽ 自転車は車道が原則、歩道は例外



▽ 車道は左側を通行

▽ 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行

▽ 安全ルールを守る

・ 飲酒運転・二人乗り・並進の禁止

・ 夜間はライトを点灯

・ 交差点での信号遵守と一時停止・安全確認

▽ 子どもはヘルメット着用

■ 自転車乗車中の事故事例

▽ 安全確認をせずに広い道路に飛び出し、自動車と衝突  
▽ 歩道上の歩行者間を縫うように走行し、歩行者と衝突  
▽ 一時停止標識を無視して飛び出し、自動車と衝突



# ソメスサドル杯エנדユランス馬術大会開催

新緑のこもい岳温泉広場を発着とし、山林内を人馬一体でマラソンする馬術大会が初



めて開催されます。

大会前日には、「市民と馬のふれあう日」として、ひき馬による乗馬体験ができますので、ご家族連れでお越しください。

■市民と馬のふれあう日（ひき馬による乗馬）

▼とき 5月12日（土）9

時30分〜12時

▼ところ かもい岳温泉下の緑地帯

▼参加料 無料

■エנדユランス馬術大会

▼とき 5月13日（日）6

時〜15時

▼ところ かもい岳温泉広場を発着とするゲレンデ内、山林を回る特設コース

※観覧は温泉及びゲレンデ付近のみ可能

▼問い合わせ 大会事務局

（かもい岳温泉内 ☎4233939）

## 「春の地域安全運動」 みんなで築こう

犯罪などが増加するこの時期に、警察、自治体、関係機

関・団体などと連携・協働して犯罪の未然防止を目指し、また、「安全・安心どさんこ運動」の普及により、人や地域、

社会の絆を深め、犯罪のない安全で

安心な地



域社会の実現を図るため、次のとおり地域安全運動が実施されます。

各地域で「あいさつ」や「子どもの見守り」など、相互に声をかけ合い、防犯意識を高めましょう。

■期間 5月11日（金）〜

同20日（日）

■スローガン

「みんなで築こう 安全で

## 安全で安心な大地

安心な大地

■運動の重点

- ・タイヤ盗難の被害防止
- ・振り込め詐欺をはじめとする特殊詐欺の被害防止
- ・子どもと女性の犯罪被害の防止



（歌志内市防犯協会）

# 有毒植物による

## 食中毒に注意しましょう!!

最近では、大自然に親しみながら、たくさんの方が山菜採りを気軽に楽しんでいきます。

食べられる植物の中には、これに似た有毒植物があり、区別がたいへん難しいものがあります。

このため、毎年のように春先には庭や野山に生える有毒植物の誤食による食中毒が発生しています。

山菜などを食べるときは次のことに注意しましょう。

**判断のつかない山菜は採らない**

**異常を感じたときは医師の診察を**

■食べられる種類かどうか判断がつかない山菜は、絶対に「採らない・食べない・人にあげない」ようにしましょう。

■植物によつては、生命の危険に関わることがあります。異常を感じたときは速やかに医師の診察を受けましょう。人にあげた場合は、そちらにも声をかけましょう。また、原因調査のため、食べ残しがあるときは捨てないでおきましょう。

**種類ごとに持ち帰り食べる前に再度確認**

※くわしくは、北海道のホームページ（<http://www.jp-ref.hokkaido.go.jp/hf/krse/sho/fyu/kus/yuudokusyokubutsu.htm>）に掲載されています。

■山菜は、有毒植物と混生することがあります。なお、芽生え時は見分けがつきにくいので採取するときはよく確認をしましょう。また、料理する前に、もう一度じゅうぶん確認をしましょう。