



令和7年1月1日
第 355 号
大安地区防犯協会
☎73-2220
大 垣 警 察 署
☎78-0110

大垣警察署HP



謹んで新年のお慶びを申し上げます

昨年中は地域安全活動にご協力をいただき、誠にありがとうございました。

本年も大安地区防犯協会・大垣警察署は、皆様と共に「安全で安心な街づくり」のため、地域安全活動を推進してまいりますので、どうぞよろしくお願い申し上げます。



もしもの時の110番通報

110番は事件事故が発生した際の警察への緊急電話です。110番通報は、全て警察本部内にある通信指令課につながり、ここから県内の各警察署に指令します。

警察官の質問に慌てず落ち着いて答えてください。

- ★ 何がありましたか？(事件・事故)
- ★ その場所はどこですか？
- ★ いつありましたか？
- ★ 今どうなっていますか？
- ★ あなたの名前、連絡先は？



※ 110番は、事件や事故が発生した場合の緊急通報専用です。緊急でない相談などは#9110や大垣警察署（☎78-0110）へお願いします。

岐阜県警察安全・安心メール

不審者情報や特殊詐欺などに関する情報をタイムリーに配信しています。

是非、ご登録をお願いします。

(QRコード)



自宅の防犯対策



犯人は目・光・音・時間を
嫌います

目・・・家屋、周囲を見通し良く
録画機能付きインターフォン
光・・・センサーライト
音・・・防犯砂利
人感センサーチャイム
時間・・・ドアや窓の施錠
雨戸、補助錠
ガラス防犯フィルム

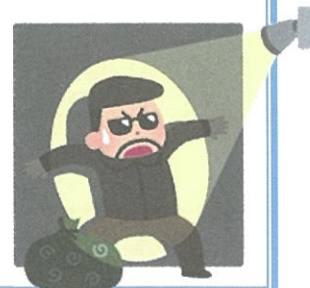
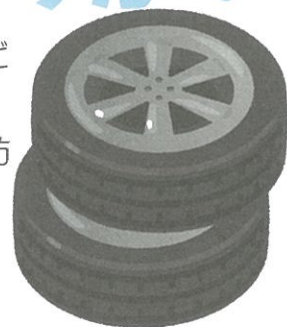
タイヤの保管も大丈夫ですか？

盗難被害にあった家庭の多くは、タイヤを玄関先や自宅駐車場などの屋外に置いているところを盗まれています。

犯人は事前に下見をすることが多いため、抑止という観点からも防犯対策をしておきましょう。



- 交換したタイヤは、倉庫などに片付け、外から見えないよう保管しましょう。
- 倉庫などがない場合は、盗難防止とタイヤの劣化防止を兼ねてタイヤカバーを使用しましょう。犯人の下見防止や盗む際にカバーが邪魔になるため、抑止効果が見込めます。

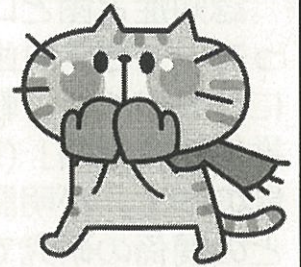


こんな時は1-1-0番通報を！

- ・自宅付近に見慣れない人がうろついている。
- ・見慣れない車が長時間駐車されている。
- ・民家敷地内を覗き込んでいる。



65歳以上の4人に1人は 認知症もしくはMCI(軽度認知障害)



厚生労働省の2024年度の調査によれば、65歳以上の人のうち認知症患者は約443万人、MCIは約559万人でした。

4人に1人は認知症もしくはMCIということになります。認知症を予防するためには、いち早くMCI(軽度認知障害)の兆候に気づくことが大切です。

《MCIのセルフチェックリスト》

1. 1日のうち同じ会話を何度もすることが多くなった
2. 短時間で同じ質問を何度も繰り返す
3. 掃除や料理の段取りが悪くなってスムーズに行えない
4. 外出するときに服装や髪型がちぐはぐでも気にしない
5. 最近会った人の名前や、仲の良い人の名前をなかなか思い出せない
6. ものを置いたらすぐにどこに置いたか忘れることが増える
7. 道に迷う

思い当たる症状がある場合には、まずかかりつけ医に相談しましょう。

MCIは、そのまま治療せずに放置すると認知機能の低下が続き、認知症へと進行する割合が高くなっていきます。そのため、MCIの治療としては低下した機能を重点的に鍛えるトレーニングや薬物療法を行い、機能低下を防ぎます。日常生活でも、日記をつける、積極的に運動教室や文化セミナーなど地域で開催されているサークル活動などに参加する、人とコミュニケーションを図るなど意識して認知機能を使い、機能の改善や維持に努めましょう。また認知症は、糖尿病や高血圧といった生活習慣病が大きく関与していることも分かっています。そのため、日頃から食事や生活習慣を見直し、規則正しい生活を心がけることも大切です。

一太陽生命ダイレクト スマ保険より抜粋 一部編集一



軽度認知障害は早期に発見し、適切に対処すれば改善するよ
すべての方が認知症に移行するわけじゃないよ。対策は
運動、脳トレ、コミュニケーション、家から外へ出よう！

頭の体操

- 問1. 人間とあんパンにあって食パンにないものなーんだ？
問2. 水は液体、空気は気体、氷は固体。では、けむりは？
問3. 見たり、持ったり、語ったりできるけど、触ったり、他人にあげられないものなーんだ？
問4. 10円玉2個使って500円玉を見えなくするにはどうすればいい？
問5. サイコロを2つ同時に振った時、上から見た目が一番少ないのはいくつ？

問い合わせ先：安八町地域包括支援センター 電話：64-7104

— 歯周病が認知症を発症・進行させる —



歯周病は、50歳代以上の方の約8割がかかっている病気です。この歯周病は、成人で歯を失う原因となる最も多い病気であり、誤嚥性肺炎や糖尿病、脳梗塞、心臓病等多くの病気と関係することがわかっています。

認知症と歯と口腔との関係では、歯の本数の多い人ほど、または自分の歯を失っていても入れ歯等で、口腔機能(食べる能力)を回復できている高齢者は認知症になりにくく、転倒も少ないことが研究からわかっています。国の「認知症施策推進総合戦略」(新オレンジプラン)にも「認知症の発症予防」の1つに「口腔機能の向上」が明記されています。また、近年、アルツハイマー型認知症と歯周病との関係の研究では「**歯周病菌を投与したマウスは、アルツハイマー病の原因物質であるアミロイドβが10倍近く増える**」ということが発表され、歯周病の予防ならびに治療によって、アルツハイマー病の発症と進行を遅らせることが、大いに期待されています。

歯周病予防には、歯磨きにプラス 歯間ケア

歯周病は、主にみがき残した歯垢(歯周病菌などの生きている細菌の塊)が原因で進行します。歯周病予防のためには、できるだけ「みがき残し」を少なくする毎日のセルフケアが重要です。歯ブラシだけではすべての歯垢を取り除けないため「歯間ブラシ」「フロス」などの歯間掃除具を使って、歯間ケアを行いましょう。

— 日本歯科衛生士会 歯科衛生士より —



歯周病は初期の段階ではほとんど自覚症状がなく、静かに進行するそうだよ。痛くなってからではもう遅いって！
痛みがなくても、歯垢・歯石の除去が大事だよ。

— 頭の体操・なぞなぞ編? —

- 問1. カップラーメンってなにぞ?
問2. 新聞の中にあるお寿司ってなーんだ?
問3. 読書中にサイコロを振るといくつの目が出るかな?
問4. 手を洗ったのにまだ手に泡がついている人はどんな人?
問5. 毛が生えていても、まったく気にしていないものはなーんだ?
問6. 「おなか」と「せなか」以外で人の体にある「なか」ってなーんだ?

《編集後記》昨年、認知症の新薬(ドナネマブ)が承認されました。しかし、投与できるのが初期アルツハイマー病または軽度認知障害の人が対象でした。その結果、投与前の検査で4割の人がアルツハイマー病でないと判明されました。ドナネマブの薬価は年間308万円だそうです。

【解答】オモテ 問1.へそ 問2.けむたい 問3.夢 問4.両目を10円玉でそれぞれ隠す 問5.1 2個縦に並んで上のサイコロの目が1の場合 ウラ問1.3分後 問2.ちらし寿司(チラシ) 問3.4 (読んでいる) 問4.あわてもの(泡手もの) 問5.毛虫(毛無視) 問6.中指(なかゆび)

—ほんわりカフェの案内—

- ◎ 1月15日(水) ここらす
◎ 1月22日(水) むすぶテラス
◎ 2月5日(水) 森部こども園
※午後1時30分～3時まで
参加費は、200円です。
家から一歩外へ出てみよう！
光も景色も脳を刺激するよ



参加
無料

ドローン体験会 2月イベントご案内



日時／2025年2月22日(土)

場所／むすぶテラス プレイルーム

料金／無料

持ち物／筆記用具、飲み物



第一部 シニアの部

フレイル予防としての効果もある
ドローンの操縦方法を体験できます！
初めての方も大歓迎です！

時間：10:30～12:00(10:15受付)

定員：先着10名

対象者：65歳以上(男女問わず)



第二部 親子の部

ドローン操縦とプログラミングの仕方を
学べます！親子で一緒に楽しみましょう。

時間：13:30～15:30(13:15受付)

定員：先着6組

対象者：小学生とその保護者(男女問わず)

申し込みは、
お電話にて承ります！

※人気イベントのため、
昨年体験された方は申し込み
をご遠慮くださいますよう
お願い申し上げます。

主催：MUSUBUテラス 後援：安八町

TEL (0584) 62-6655

MUSUBU TERASU(むすぶテラス)

岐阜県安八郡安八町東結1561