

豆知識・解説編



知っているのと得した気分になる豆知識を紹介します。

①

ママが疲れてしまった

産後、体調不良での不安や育児の不安…。

家族の協力が得られない…。

このようなことにお困りの産後、3か月未満の母子を対象とした「**妊娠・出産・子育て相談窓口**」というものがあります。お母さんが安心して子育てできるよう、「助産師による授乳指導」など、気軽に受けられます。

ご利用の際は、このすぐろくの裏面の「妊娠・出産・子育て相談窓口」へ

お問い合わせください。

2

注射の種類について

予防接種については「すぐろくの解説」で紹介していますが…
ここでは予防接種の種類についてお話しします。

予防接種には「定期接種」と「任意接種」があります。

「ヒブワクチン」や「小児肺炎球菌ワクチン」などは定期接種です。

早いものは0歳児から接種が始まります。

決められた期間に接種できれば無料になります。忘れずに！

詳しく知りたい方はこちらに掲載されていますので、ご覧ください。

ワクチン.net 定期接種と任意接種

<https://www.wakuchin.net/about/universal.html>



3

幼児の誤飲について

食べ物以外のものを誤って飲み込んでしまうことを「誤飲」といいます。

洗剤や家庭用品、医薬品やおもちゃなど身の回りにあるさまざまなものが原因になります。

中でも、**ボタン電池やタバコ（加熱式タバコ）、医薬品には注意が必要です。**

下記のサイトでは特にボタン電池の誤飲事故や防止策、対処法などが掲載されています。

詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。

政府広報オンライン

ボタン電池や医薬品、タバコなど子どもの誤飲事故に注意を！

<https://www.gov-online.go.jp/useful/article/201509/2.html>

応急処置などありますが、急には出来ないこともあります。

かかりつけ医や**#8000**に相談して、その後の対応を聞きましょう。

4

おじいちゃんが裸足で出かけちゃった(1)

認知症の説明は、「もっと知りたい8」で少し触れていますが…

こちらでは、**認知症の人が急に外に出てしまったらどうしたらよいのか**をお話します。

① 「外に出て行った理由を聞く」

認知症の人は何か理由があって家の外に行こうとします。私達が学校や仕事に行くように、本人なりの理由があるはずです。慌てて押さえつけたり無理に止めるのではなく、まずは本人にやさしく理由を聞いてみましょう。

② 「一緒に歩いてみる」

理由を聞いて、危険がない、問題ないと判断できたら、一緒に歩いてみましょう。歩くことで本人の気持ちが落ち着くこともあります。（動いているうちに忘れて満足することも）

③ 「帰宅を促す」

「歩くと疲れますね」「お茶でも飲みましょう」「汗がひどいから着替えましょう」などと言って帰宅を促してみましょう。

次のページに続きます。

もしもの時を考えて…

お持ちの携帯電話、スマートフォンのメールアドレスを下記に登録すると、群馬県警からメールが配信される「上州くん安全・安心メール」があります。

その中には、認知症高齢者等行方不明手配(居住地域別※SOSネットワーク)専用メールの配信があります。

詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。

群馬県警察 「上州くん安全・安心メール」の登録

<https://www.police.pref.gunma.jp/subindex/mailsetsume.html>

こちらに登録をすると、徘徊している方の情報がメールで配信されます。

認知症にやさしい地域づくりネットワーク

こちらのQRコードで徘徊している方が出たらメールで連絡が入る登録ができます。➡

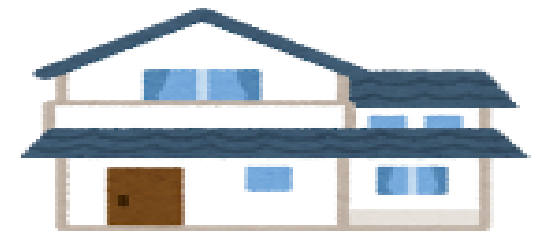


認知症疾患医療センター(県のホームページ)があります。

<https://www.pref.gunma.jp/02/d2300056.html>

利根沼田地域は、医療法人 大誠会 内田病院

https://taiseikai-group.com/taiseikai/medical_center/



5

治療費が不安、病院で相談できる？

病院には「相談支援室」や「地域連携室」と呼ばれる**医療に関する専門相談所**があります。「入院中の医療費や生活費の不安」「退院後の生活が心配」などといった、外来受診や入退院、治療内容や支払いなど、本当にさまざまな相談ができる場所です。

病院によって相談室の名称が異なっているので、「**医療相談係**」いますかと尋ねてください。

詳しく知りたい方はこちらをご覧ください。

ご存じですか？病院にソーシャルワーカーがいます。

https://www.jaswhs.or.jp/images/about_sw_1.jpg



「**もっと知りたい9**」では、高額療養費制度について詳しく説明しています。このような制度についても、こちらで説明している専門相談窓口で相談できます。

6

遺言書を作りたい時は？

遺言書を作りたいと思った時は、何から手をつけて良いのか分からないと思います。そんな時は**専門家に相談することをお勧めします。**

遺言書の作成について相談できる専門家は弁護士、司法書士、行政書士、税理士などです。**遺言書を作成する目的や相続人の関係、財産の内容などを確認しておき、相談する時にしっかり伝えることが大切です。**もし親の遺言を見つけても「すぐに開封する」と罰金もありますのでご注意ください。

(検認という開封の決まりがあります。気になった方は調べてみてください。)

東京弁護士会 遺言・相続について

<https://www.toben.or.jp/bengoshi/soudan/yuigonsouzoku/>

「**もっと知りたい10**」では、もしバナのススメ！でエンディングノートのことにも触れています。興味がある方はそちらもご覧ください。



方言・解説編



すごろく内で出てきた方言を紹介します。普段なんとなく使っていませんか？

レア度が高い方言を知っていると、すごいです！！

方言	意味	例	レア度
1.わにる	人見知りする	わにりが始まった	★★★★
2.蚊に食われた	蚊に刺された	かゆいと思ったら虫に食われてた	★★
3.あるってく	歩いていく	そこまで、あるって行ってくる	★
4.なっぱ	白菜または小松菜等の野菜	なっぱをたくさんもらったよ	★★

方言・解説編



すごろく内に出てきた方言を紹介します。普段なんとなく使っていませんか？

レア度が高い方言を知っていると、すごいです！！

方言	意味	例	レア度
1.めかご	ものもらい	目に めかご ができた	★★★
2.こわい	だるい・疲れた 体調が悪い または硬い・固い	どうしたん？ こわい ん？ 今日のご飯、少し こ わかった ね	★★★

次ページでは、すごろく内では出てきていない方言を紹介します。

方言・解説編



すごろく内では出てきていない方言を紹介します。

レア度が高い方言を知っていると、すごいです！！

方言	意味	例	レア度
1.あーね	そうなんだ (あいづち)	~なんだってね! あーね!	★
2.いきあう	偶然、会う	この前、先生と いき あった んだよ!	★★
3.鍵をかう	鍵をかける	鍵か って出てきて!	★★★★

方言・解説編



すごろく内では出てきていない方言を紹介します。

レア度が高い方言を知っていると、すごいです！！

方言	意味	例	レア度
1.わくさ	カMEMシ	わくさが出た！	★★
2.くれー	黒いまたは 暗い	くれー車が通った 部屋がくれーな	★★★
3.すえる	食べ物が腐る	この食べ物、すえて る！	★★★★

こちらは、医療現場で使われている方言を紹介しています。

医療人のための群馬弁講座だいね。

<http://jnlbpm.sakura.ne.jp/gunma/>