

野菜を 寒さ から守ろう！



冬野菜や春野菜の多くは、寒さに強いので、被害を受けることは少ないのですが、冷たい風や霜、雪などに備えた対策が大切です。

◆不織布などで覆いをかけ、霜や冷たい風に当たらないようにしましょう

中に風が入る隙間があると、風で飛ばされてしまうことがあるため、土や石を乗せるなどして飛ばされないように設置しましょう。

◆もし雪が降ってしまったら...

- ・被覆資材でトンネル栽培をしている場合は、早めに雪を取り除きましょう。
- ・損傷した茎や葉から病気が発生する可能性があるため、雪解け後は薬剤散布などで対策をしましょう。
- ・雪解け水は取り除き、過剰な水分により根が酸欠状態になるのを防ぎましょう。



ひとことメモ

冬野菜の甘さの秘密

ダイコン、ハクサイ、キャベツなどの冬に旬を迎える野菜たち。食べると甘くておいしいですよ。この甘さの秘密は、寒さで凍ることがないように、細胞に糖を貯めているからなのです！

甘さだけではなく、ビタミンやカロテンなどの栄養価もたくさん。

冬野菜を食べて免疫力を高め、風邪の予防に努めよう！

問 農業政策課 ☎ 内線1513

地域包括支援センターだより さすエール Vol.29

〳〵 悩みごとがある方は、お気軽にご相談ください！ 〳〵

地域包括支援センターとは、高齢者の方々が、いつまでも住み慣れた地域で安心して暮らすことができるように、介護、福祉、健康、医療などさまざまな面から支援する総合相談窓口です。

地域包括支援センターでは、ご相談内容に応じて、必要なサービス・制度の説明や提案を行い、関係機関や専門職との連携を図りながら対応しています。今回は、地域包括支援センターへの暮らしのご相談から成年後見制度の利用につながった事例を紹介します。

《事例》数年前に夫を亡くしてから一人暮らしをしている80代女性のケース

女性は通販を利用するなど、契約・解約の手続きが一人でもできていたが、1年前から支援が必要になった。女性には子はなく、頼りにしている姪も県外在住という状況。ご本人から地域包括支援センターへ「一人暮らしがどこまで続けられるのか、施設に入所するとしても、入所の契約や支払いにも不安がある」と相談があった。

地域包括支援センターで「成年後見制度」の利用を提案(同制度には判断能力がある程度残っている状態でも受けられる保佐・補助の類型もあります)。ご本人が主治医や姪へ相談し、成年後見制度の利用を申し立てることになった。申請までの手続きや書類作成等、地域包括支援センターで支援を行った。

成年後見制度を利用できたことで、契約や金銭管理の支援を受けながら、ご本人は不安のない暮らしを送ることができている。親族からも、補助人がついたことで金銭トラブル等にならず安心という声があった。



※地域包括支援センターだけでは支援が難しい場合は関係機関にも相談しながら対応します。

ご相談はこちら 牛久市地域包括支援センター ☎ 878-5050、牛久市地域包括支援センター 博慈園 ☎ 871-5110

はくじえん