

常と異なることが多く起きる 2011年もあと2ヶ月

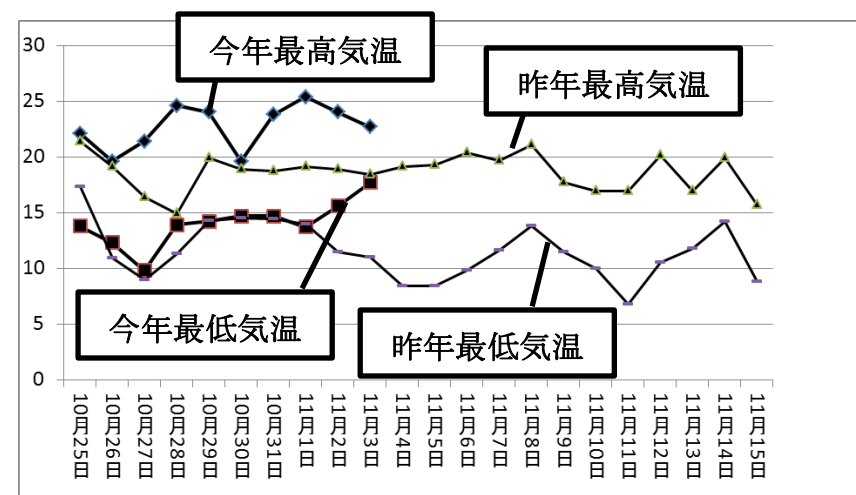
今年11月3日の最低気温は、昨年同日の最高気温とほぼ同じ

秋の終わりでではなく、夏の終わりの状態が続く、寒暖差による病気も
 変な気候が続いています。暦でいえば、秋も深まって、もう少し涼しくても不思議ではないのに、日中の気温は夏の終わり並み。
 11月3日には、その日の最低気温が、去年の同じ日の最高気温と同じ位になり、まさに、夏の状況。
 それ以前の数日は、最低気温が昨年並み、最高気温は昨年より3〜4度高い日が続いていたので、朝晩の温度差はかなり大きかったことになります。
 温度差が大きくなると、風邪に注意といわれます。それはその通りなのですが、ほかにも病気はあるそうです。
 「血管運動性鼻炎」というそうです。温度差(寒暖差)などが原因でアレルギー性鼻炎と類似した症状がでるそうです。
 鼻水が出る、風邪かと思うが熱は出ない。そういう場合は、温度差による「血管運動性鼻炎」かも知れません。
 ようするに、呼吸するたびに鼻に入る空気の温度差で鼻の粘膜が変に刺激され、花粉症と同じ症状となる、ということのようです。

ですから、お医者さんに行くと、アレルギー性鼻炎と同じ

じや、鼻でなく口で呼吸すればいいじゃないかとお考えの向きは、鼻毛が何故存在するのか、一度考えて見て下さい。今回は、一口健康メモ、でした。
 予防方法は、どうするかということ、風邪と同じようにマスクが有効ということ、鼻に入る空気の温度を一定にし、鼻の粘膜に対する刺激を少なくするという理屈。
 一度マスクを通すことによって、鼻に入る空気の温度を一定にし、鼻の粘膜に対する刺激を少なくするという理屈。

近畿地方 (10月29日～11月28日 天候見通し)
 向こう1か月の平均気温は、高い確率70%です。降水量は、平年並または多い確率ともに40%です。日照時間は、平年並または少ない確率ともに40%です。
 週別の気温は、1週目は、高い確率80%です。



しこうそう かま さき (あいらん地域) の福祉相談窓口です。

やかんしゆくしりょう た だ りょう しゅうへん こうえん のじゆく かりご やせいかつ せいかつ
夜間宿所利用・炊き出し利用、センター周辺や公園での野宿・仮小屋生活から、アパート生活へ！

しりつこうせいそудんしょ しこうそう かまがさき ちいき ない かんしゆくりょうしゃ やかんしゆくしりょうしゃ ちくない のじゆく
市立更生相談所（市更相）は、釜ヶ崎（あいらん地域）内の簡宿利用者、夜間宿所利用者、そして、地区内で野宿する人を担当する福祉の相談窓口です。

やくしよ かんかつ なわぼ しこうそう まどぐち てんのうじこうえん ね てんのうじくやくしよ そудん
役所は管轄（縄張り）にこだわりますから、市更相の窓口で「天王寺公園で寝ていた」というと、「天王寺区役所で相談して下さい」といわれます。「鶴見橋商店街で寝ていた」というと、「西成区役所へ行って下さい」といわれます。この点、相談に行く前に、しっかり確認しておいて下さい。

さいてい そудん い まえ ぼん やかんしゆくしよ しゅうへん さんおう たいし しこうそうしゅうへん ねと
最低でも、相談に行く前の晩は、夜間宿所かセンター周辺あるいは山王・太子など市更相周辺で寝泊まりしていたことが必要です。地区内の簡宿に止まっている人が、わざわざ野宿していく必要はありません。

おおさか しりつこうせいそудんしょ
大阪市立更生相談所にできること

いりょうそудん
1) 医療相談

からだ ちょうし わる ひと いしゃ しょうかい たいがい いりょう がんか しか びょうき
体の調子の悪い人は、医者を紹介してもらえます。大概是医療センターですが、眼科や歯科など病気によっては、他の病院を紹介してくれます。勿論、無料で医者にかかれます。医療センターの受診の後、医療センターの相談室で相談して、紹介状を書いてもらうこととなります。医療継続のために、必要です。市更相に持っていきましょう。入院の場合は、生活保護の医療保護（入院保護）とすることとなります。

しせつそудん
2) 施設相談

にち さんしょくふ ろつ からだ ちょうし ととの ひと さんとくりょう せいかつ りょう そудん くだ
2～3日、三食風呂付きで体の調子を整えたい人は、三徳寮の生活ケアセンターの利用を相談してみてください。
さいきん りょうしゃ すく ことわ すく いりょう じゅしん あと いりょう そудんしつ そう
最近利用者が少ないので、断られることは少ないようです。医療センターの受診の後、医療センターの相談室で相談して、紹介状を書いてもらうこととなります。市更相に持っていきましょう。
しこうそう せいかつ しょうかいじょう も さんとくりょう うけつけ い せいかつ ほ ごほうがい えんじよ
市更相からの、生活ケアセンターへの紹介状を持って、三徳寮の受付に行きます。これは、生活保護法外の援助、つまり、法外援助といえます。

にち ちょうき しせつ はい たいりよく かいふく かど いんしゆ いぞん わる せいかつしゅうかん かいぜん
2～3日でなく、長期に施設に入って、体力の回復や過度の飲酒やギャンブル依存などの悪い生活習慣を改善した人は、長期の寮（生活保護施設）への入所を相談しましょう。生活保護の中の施設保護です。

きょたくかく ほ そудん
3) 居宅確保相談

じゅうきよ ひと か せいかつ ほ ご なか きょたく ほ ご しんせい
住居のない人が、アパートやマンションを借りて、生活保護の中の居宅保護を申請することができます。
ばあい いりょうそудん しせつ そудん きょたく ほ ご そудん しょくいん つた ひつよう
この場合は、医療相談でも施設の相談でもなく、居宅保護の相談であることをはっきり、職員に伝える必要があります。
おおさかし せいかついこうしえんじぎょう じゅうきよ ひと じゅうきよ さが あいだ せいかつ ひ しきゅう
大阪市には「生活移行支援事業」というのがあります。住居のない人については、住居を探す間や生活費を支給するための手続きをする間、寝泊まりする場所がないと住居探しなどに専念できないだろうということで、2週間程度施設で過ごすことになっています。施設の職員が、住居探しの手伝いをしてくれるほかに、手続き上のわからないことについて、助言してくれます。

ちゅうき しききん ちんたいじゅうたく はい ひと にゅうきよ ひ けいやくしよ も たんとう く
注記：敷金のいらない賃貸住宅（マンション・アパート）に入る人は、入居したその日に、契約書を持って、担当の区役所へ行くこととなります。保護費が下りるまでの生活費のメドを立てておく必要があります。