

上越市の世帯・人口推移 (令和8年5月1日現在)

	人口	前月比
人口	176,574人	-237人
男	87,117人	-55人
女	89,457人	-182人
世帯数	77,861世帯	172世帯

月	(人口推移内訳)2ヶ月比較			社会増減			合計
	自然増減			社会増減			
	出生	死亡	差引	転入	転出	差引	
3月末	50	229	-179	258	305	-47	-226
4月末	69	206	-137	880	1,376	-496	-633

出所:上越市ホームページ「世帯・人口推移」

気になる情報



ケアマネ協会、事業所内研修の企画・実施をサポート 虐待や感染症をテーマにオンデマンド研修 受付開始

令和8年5月7日掲載 JOINT



厚労省、住宅改修・福祉用具の「点検の手引き」更新 ケアマネ・事業者らにも活用促す 適正給付の判断事例など拡充

令和8年5月14日掲載 JOINT

梅雨前線がやってくる

今年は奄美地方でも例年より早い梅雨入りが観測されました。

「梅雨になると体がだるい」「頭が痛い」という訴えは、実は気のせいではありません。自律神経のバランスを崩すことが原因のひとつとされており、近年では「気象病」とも呼ばれています。高齢の方は特にこの影響を受けやすく、普段より疲れやすくなる時期でもあります。

対策として注目されているのが、耳のマッサージです。耳の周りをやさしくほぐすことで内耳の血流が改善され、気圧変化への感受性を和らげる効果が期待できます。特別な道具は不要で、日常のケアの中に取り入れやすい点も魅力です。

ご利用者様の「なんとなく調子が悪い」というサインに気づいたとき、ぜひ試してみてください。

そしてもうひとつ、梅雨に気をつけたいのが室内環境です。湿度が60%を超えるとカビやダニが繁殖しやすくなり、呼吸器系への影響が出やすくなります。特に福祉用具やマットレス周辺は湿気がこもりやすく、定期的な換気や確認が欠かせません。「ジメジメするから窓を閉めたまま」という方も多いですが、こまめな換気が室内環境を守る第一歩です。

だんらん取扱商品

銀精泡全身用フォーム 販売価格 1,760円(税込)

キャンプや釣りなどのレジャー時にも水なしで使用可能！
災害時の備蓄品にも便利な銀精泡全身用フォームが登場しました!!是非お試しください。



だんらん福祉用具

〒942-0171 新潟県上越市頸城区北方125-9

TEL

025-530-3657



だんらん福祉用具のリンク集
各種 SNS やインターネットショップの
一覧をご覧ください

上越 だんらん

検索

<https://danran.co.jp/>

だんらんイメージソング

ハレルヤ song by Rafvery

