

12 ほったやまつうしん

vol.72

北塩原村社協広報紙 

第3回

小さな村の郵便局長杯 グラウンドゴルフ大会

11月6日に開催されました。



発行・編集
社会福祉法人
北塩原村
社会福祉協議会

〒966-0402
福島県耶麻郡北塩原村大字大塩字堀田山8518-93
mail day01@vill.kitashiobara.fukushima.jp
H P <http://kitashiobara-shakyo.or.jp>

地域福祉係 0241-28-3757
訪問・通所介護係 0241-28-3756
居宅介護支援係 0241-28-3755
地域包括支援センター 0241-28-3766
F A X (共通) 0241-33-2070

HP用QRコード



この広報は、皆様からお預かりした会員会費を財源に発行しています。

〒 郵便局長杯グラウンドゴルフ大会を開催

11月6日、村民グラウンドにて73名が郵便局長から提供された豪華景品を狙ってグラウンドゴルフを楽しみました。今年は3名の郵便局長も競技に参加し、地域の方と親睦を深めながら輝かし

いグラウンドゴルフデビューを飾りました。各郵便局長さん、ありがとうございました！入賞された皆さん、おめでとうございます！



県身体障がい者福祉大会にて受賞

10月31日第66回福島県身体障がい者福祉大会が田村市文化センターにて開催され、なすび氏による「福島や東北の復興を願う」内容の講演を

聴きました。式典では当村から2名が表彰されました。その後ホテルハワイアンズに宿泊し、フラダンスショーの見学や体験を楽しみました。



おめでとうございます

更生援護功労者表彰

井上 憲 氏 (北山)

加盟団体運営協力者感謝

佐藤 勲 氏 (早稲沢)

磐梯山老連グラウンドゴルフ大会に参加

秋晴れの穏やかな天気のもと北塩原村、猪苗代町磐梯町、旧河東町から114名が集いグラウンドゴルフ大会が開催されました。当村からは48名

の選抜メンバーが参加し、日頃の練習の成果を発揮しました。また、近隣町村の方との交流を楽しまれた様です。



第9回 赤十字ボランティアのつどい

10月16日に赤十字ボランティアのつどいがビッグパレットふくしまにて開催されました。奉仕団員9名、有功会より2名が参加。今年度は15

年の活動の功績を讃えられ、佐藤文世さん（桧原）荒井千代子さん（剣ヶ峯）阿部浩江さん（金山）の3名が銀色有功章を受賞されました。



奉仕団によるひとり暮らし高齢者弁当配達サービス

11月2日に今年度5回目の弁当配達がありました。栄養バランスを考えてメニューを決め、調理しています。旬のかぼちゃも入れました。とても

美味しい弁当です。作りたての弁当をひとり暮らし高齢者の方へ配達し、最後はお借りした保健センターの調理室をきれいに掃除しました。



北塩原村老人クラブ連合会 代議員若手委員研修

11月14日・15日研修へ行ってきました。参加者は28名。1日目は、いわきFCパークアクアマリンふくしまを見学し、塩谷崎に宿泊しまし

た。2日目は北茨城の大津港を見学し、美味しい海の幸を堪能。ますます結束を固めた今後の老連活動が楽しみです。



出前お茶会 写真集『私たち、認知症サポーターです！』

お茶会と共に認知症のサポーター養成講座を開催しました。手首のオレンジリングはサポーターの証です。



社会福祉協議会
こころの
あそびみっせ
出前
お茶会
開催中
地域包括
支援センター



10月15日 梶原



10月17日 蛇平



10月22日 下川前



10月23日 下吉



10月24日 金山



10月29日 長峯



10月30日 松陽台

休日
相談窓口

12月8日(土)



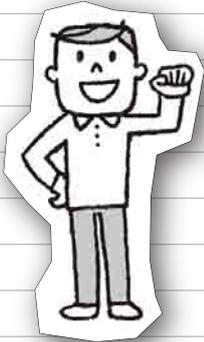
次回は 1月12日(土)

電話・来所での相談を受け付けております。

おしえて!
ケアマネジャー
さん!!

「リフレッシュできたよ〜! 楽しかった! ありがとう!!」

みなさまからの声で、**凄腕ケアマネジャー** は成長します。



今月は、10月に開催した「**家族介護者リフレッシュの旅**」の報告です。
あんなことしてこんなことして、楽しんでできましたよ——!!

家族介護者 リフレッシュの旅 2018.10.25 in郡山

旅のコース

デコ屋敷大黒屋
四季菜食房「花の祥」
ザ・モール郡山



こちらが「デコ屋敷」です!



張子人形に絵付けをしました。



張子人形を持ってみんなで記念撮影



ごはん! ゴハン! GOHAN!



おいしい食事を頂きました。



旅の最後はお買いもの!

介護保険に関するお問い合わせは、**居宅介護支援係**まで(鈴木・小林)

どうなの?
ヘルパー
さん!!

訪問介護サービスでは、「できること」と「できないこと」があります。

「これはできる?」その疑問 **敏腕ヘルパー** がお答えします!

【相談者】

テツジさん(仮名) 82歳 男性 ひとり暮らし
ヘルパー利用中 **パチンコ大好き**

おれは毎日のようにパチンコに通ってる。

ほがにやっこともねえしな。

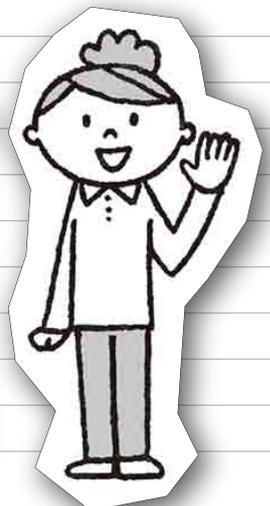
愛車の軽トラで行ってんだけど、これが
まだとんでもねえ汚ねえだ〜。

かわいながら、洗車してくろ!

すみません!
できません!

介護保険法で、洗車はできないことになっていま
す。

テツジさん、軽トラは汚
れてるくらいがカッコ
いいですよ!



訪問介護(ヘルパー)に関するお問い合わせは、**訪問介護係**まで(小椋)

楽しいっばい!

デイサービス

今日は、「大塩スポーツ民踊愛好会」「豊踊会」の皆様、
裏磐梯中学校1年生のみなさんが訪問してくださいました!



大塩スポーツ民踊愛好会のみなさん



豊踊会のおふたり



高橋郁子さんの「語り部」



最後はみんなで歌いました(指揮は五十嵐侑子さん)



みんなで「福笑い」を楽しみました!



お見送りをしてもらいました〜。

松原大橋



紅葉 ドライブ

松原峠



カメラが悪い?それとも腕?? 写真ではなかなか伝わりませんが、きれいでしたよ〜!

ヒートショックにご注意を！！



これから寒い冬を迎えるにあたり、毎年発生しているのが「ヒートショック」です。

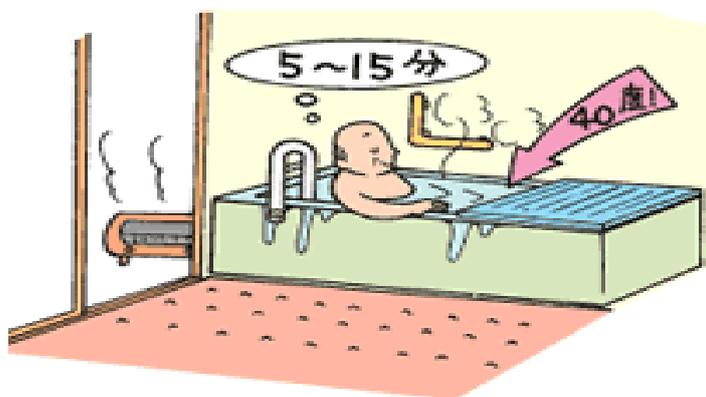
ヒートショックとは？

温度の急激な変化で、血圧が急に高くなったり、低くなったりすることで身体がダメージを受けることを、ヒートショックと言います。

症状として、失神や心筋梗塞、不整脈、脳梗塞を起こすことがあり最悪の場合、死に至ることもあります。

特に入浴時にはご注意ください！

暖かい部屋から寒い脱衣所に移動すると血管が収縮して高血圧状態になります。そして湯船に浸かると血管が拡がり血圧が下がります。急に血圧が大きく変化するので注意が必要です。



ヒートショックの影響を受けやすい人は要注意!!

- ①65歳以上の方
- ②高血圧や糖尿病、動脈硬化の持病がある方
- ③肥満気味である方
- ④不整脈がある方
- ⑤熱いお風呂が好きな方
- ⑥飲酒後も入浴する方
- ⑦脱衣所・浴室に暖房器具が無い方

ヒートショックによる事故を未然に防ぐには??

- ①脱衣所に暖房器具を設置する。
- ②浴室をシャワー等で温める。
- ③いきなり湯船には入らず、手足にかけ湯を。
- ④入浴時間はほんのり汗ばむ程度に。
- ⑤湯船から上がる際は、ゆっくりと。
- ⑥飲酒後の入浴は避ける。
- ⑦入浴前後にコップ1杯程度の水を飲む。

適切な知識と対策で、安心して安全な冬支度をしましょう！

なにかご不明な点や質問等がありましたら、最寄の消防署にご連絡ください。

喜多方消防署 22-6211

北塩原分署 32-2020



善意のひろば

H30.10.16～H30.11.15

御遺志

五十嵐 善清 様 (上川前)
故 五十嵐 寅吉 様

星 俊雄 様 (北 山)
故 星 好江 様

五十嵐 力雄 様 (上川前)
故 五十嵐 ミトリ 様

伊藤 隅雄 様 (早稲沢)
故 伊藤 ナツヨ 様

御寄付

会津ヤクルト販売株式会社 様



ボランティア

大塩スポーツ民踊愛好会 様
(デイサービス訪問)

豊踊会 様 (大塩)
(デイサービス訪問)

裏磐梯中学校1年生のみなさん
(デイサービス訪問)

ご厚情ありがとうございました。

行事予定

- 12/3 ひとり暮らし高齢者弁当配達 (保健センター)
- 12/4 ニュースポーツ指導員出前講座 (大塩活性化センター)
- 12/7 ニューリーダー研修 (会津若松市文化センター)
- 12/11 民生児童委員協議会定例会 (デイサービスセンター)
- 12/11 歳末たすけあい配分委員会 (デイサービスセンター)
- 12/28 仕事納め

米寿祝

- 12/5 五十嵐 和子 様 (谷 地)
- 12/9 星 久雄 様 (谷 地)
- 12/15 渡部 キヨ子 様 (大久保)

おめでとうございます。

新しい職員を紹介します



こばやし みか

小林 美加

居宅介護支援係
介護支援専門員
平成30年11月1日入社

いつも明るく笑顔をもっとに地域の皆様と関わりを多く持ちながら元気な村づくりのお役に立てればと思います。宜しくお願い致します。

ブラインドテニスと秋の散策 10月27日～28日

毎年3月に「ブラインドスキーツアー」で来村されている東京都盲人福祉協会のみなさんが、ブラインドテニスと秋の裏磐梯、喜多方散策をされるということで、ツアーガイドとしてお手伝いしました。喜多方ではラーメンを食べたり酒蔵を見学したり、裏磐梯では探勝路でハイキングしたり大塩のそばを食べたり、五感で楽しんで頂きました。3月のスキーツアーで、またお会いしましょう！

