

2月5日、高齢者新年お楽しみ会ニュースポーツ交流会に55名が参加。12チームでスカットボールとカーリンコンの点数を競いました。この事業は老人クラブ連合会が新規会員の募集を目的に開催しています。会員は随時募集していますので興味のある方は是非ご連絡ください。



除雪作業員  
募集中!!



社会福祉協議会では除雪作業員を募集しています。毎日の仕事ではありません。必要の都度作業をしていただくようになります。詳しくは事務局までお問い合わせください。

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



ラビスパにて

# 高齢者新年お楽しみ会 ニュースポーツ交流会の様子



## 非常食レシピの訓練実習

赤十字奉仕団員6名が包装食品袋（ハイゼックス）を使用する調理研修に参加し、松茸ごはん風炊き込みご飯、さば缶じゃがいもみそ煮、野菜スープ、蒸しパンを作りました。喜多方市赤十字奉仕団からレシピをいただきました。今後の活動に活かします。



# 除雪ボランティア、ありがとうございました！



## 裏磐梯中学校2年生

2月1日(金) 早稲沢地区

授業の一環として毎年実施しています。昨年につき2年生11名が除雪活動を行いました。さすが経験者！すごい速さで雪を片付けました。

## 「豆まき集会」 1月31日(木) 北山地区



こども食堂の試行事業として豆まき集会を開催しました。「自分の中の追い出したい鬼を退治できた」「恵方巻きを作って食べたのが楽しい」と参加した児童は笑顔いっぱいでした。地域の方と一緒に豆まき・恵方巻きづくりをして楽しい節分となりました。

## 民生児童委員の児童って何？

民生児童委員は民生委員と児童委員を兼務しています。委員は地域の子どもたちが元気に安心して暮らせるように、子どもたちを見守り、子育ての不安や妊娠中の心配などの相談・支援を行います。子どもたちにとっては「身近なおとな」であり、子育て中のみなさんにとっては「子育て応援団」です。ひとりで悩まず、ご相談ください。

包括が発見!  
村の粹な人!

今月は松原にお住まいの

赤城トミさん 穴澤サク子さん 二瓶マツ子さん にお話しを伺ってきました。

## 元気で楽しいお茶会

みなさん**90歳**以上です。

元気の秘訣を伺って、素敵な地域の集まりを体験してきました。



3人は何でも相談し、尊敬しあっている素敵な関係。お互いを見習って健康に気をつけたり心配しあったり。人を思いやる気持ちは自身だけでなく家族へ受け継がれているんだそうです。



昔はよっぱ山ん中歩いたなあ〜。  
働いでばっかいたもんだ。んだから!! (笑)



赤城トミさん(95歳)  
毎日料理したり、掃除・洗濯と何でもやる。ちょっとした除雪もすんの。あと好き嫌いなく何でも食べるようにしてる。3人でお茶飲みして、何でも相談。楽しいよ。

穴澤サク子さん(94歳)  
読書したり、散歩したりして健康に気をつけてる。お風呂で足を動かして運動不足解消。昔から知ってるから、やっぱり3人でお茶飲みは楽しい。何でも話せるのがいい。



二瓶マツ子さん(90歳)  
毎日日記を書くようにしてんの。あとは家族に、沢山食べるように言われてっから何でも食べるようにしてる。3人でのお茶飲みは楽しいから、次のお茶飲みも待ち遠しいな。

サク子さん手作り『花嫁ささげ』  
美味い!!  
テーブルの上には他にも美味しそうな物がたくさんありました。



『みんな頑張ってるから  
自分も頑張ろう!!という  
気持ちになる』

と笑顔の3名。粹な仲間です。

休日  
相談窓口

3月9日(土)



次回は 4月13日(土)

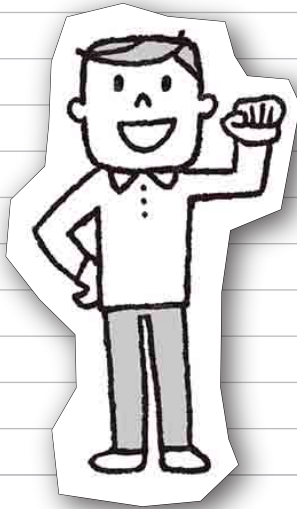
電話・来所での相談を受け付けております。

おしえて!

ケアマネジャー  
さん!!

「介護保険サービスを使いたい!」

そんな時は **凄腕** ケアマネジャー がお手伝いします!



「介護保険サービスは、いっぱいありすぎてわかりにくい!」  
訪問先で、そんな厳しいお言葉を頂戴することが時々あります…。  
今度も、介護サービスの種類を紹介します!

サービスを受ける場所

自宅 ◀  
施設  
地域密着型



サービスの種類

訪問系サービス  
通所系サービス ◀  
短期滞在系サービス  
福祉用具レンタル・購入  
施設・居住系サービス

## 自宅で受けられる「通所系サービス」

### 通所リハビリテーション(デイケア)

可能な限り自宅で自立した日常生活を送ることができるように支援するサービスです。老人保健施設や病院、診療所などに通い、身体機能や口腔機能(食べ物を噛んで飲み込んだりお話する力)の向上を図ります。

### 通所介護(デイサービス)

送迎付きで、食事や入浴、レクリエーションなどのサービスを受けることができます。社交の場に参加し、体や頭を使うことで、気分のリフレッシュ、閉じこもり防止、生きがいつくりなどを図ります。  
当会でもやっています!



2つのサービスの違いは「目的」です。デイケアは専門的なスタッフによるリハビリに特化しているのに対し、デイサービスは食事や入浴など、生活援助サービスが主な目的です。

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】

テルさん(仮名) 85歳 女性 ひとり暮らし  
ヘルパー利用中 **最近寒くて動きたくない**

北塩原村の冬は寒いね～。雪も多いし。こー寒いと、コタツでぬくぬくしてらんない。でも、ヘルパーさんが来るから玄関前の除雪はしないと…。あれ?ヘルパーさんて、除雪はしてくれないの?

え〜っと…

訪問したお宅が、雪かきしないと入れない状態であれば、ヘルパーが除雪することもあります…。

あくまでも緊急的な場合に限りです!



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)

楽しいつぱい!

# デイサービス

デイサービスの窓から外を見ると、真っ白で寒そう。でも、施設内はみなさんの笑顔があふれて暖かいです。

## 豆まき

昔から、季節の変わり目には邪気が入りやすいと考えられていました。新しい季節が来る前に、邪気を払って幸福を呼び込むために、豆をまく習慣ができたそうです。



## 干支づくり

紙粘土で、今年の干支「いのしし」を作りました。猪突猛進という言葉は、「一つのことに向かって、向こう見ずに猛烈な勢いでつき進むこと」という意味だそうです。



## 東京農業大学

のみなさん  
ありがとうございました!

2月15日、23名の学生さんが遊びに来てくれました。このところ、毎年訪問いただいています。今回は、利用者の方と一緒に石けんを作ったり、エミューの羽根でしおりを作ったり、楽しい時間を過ごしました。毎回楽しいアトラクションをご準備いただき、感謝感謝です!

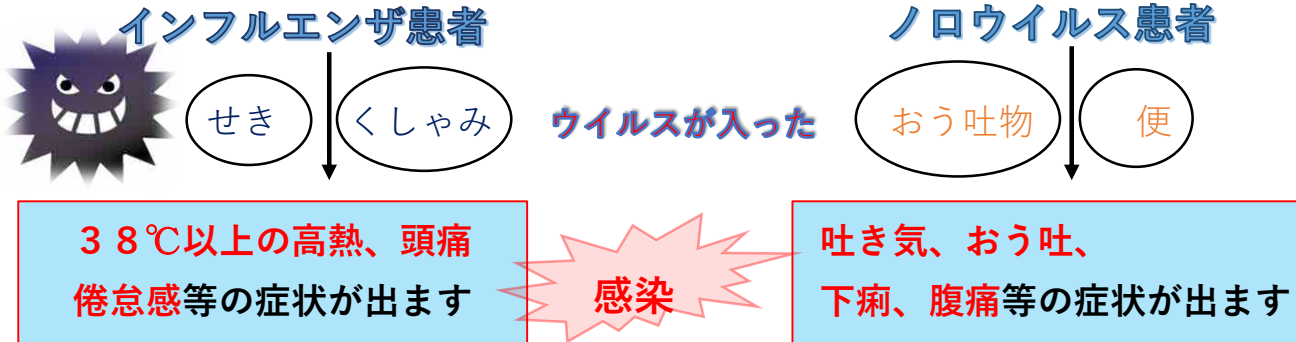


# インフルエンザ・ノロウイルス 予防と対策

この冬も  
要注意!!!

インフルエンザ、ノロウイルスの流行の時期となりました。福島県内ではインフルエンザ患者数報告者が3000人を超えて**警報レベル**に達しています。感染を防ぐには一人ひとりの**対策と予防**がとても大切です。

## □感染経路について



## □予防と対策について

### インフルエンザ

- ・ウイルスは**低温・乾燥**を好みます。冬期は活発になります。
- ・**予防接種**を受けましょう。
- ・外出後の**手洗い・うがい**で予防しましょう。
- ・人ごみへの外出は控え、外出する際は**マスク**を着用しましょう。
- ・体の**抵抗力**をつけましょう！三食しっかり食事と水分を取り、十分な睡眠で疲れを取りましょう。

### ノロウイルス

- ・ノロウイルスは**食物からの感染**もあります。ノロウイルスに感染した二枚貝（特に**牡蠣**）などを食べることにより感染します。
- ・感染者の**便やおう吐物**に触れた手指から食品を触ることにより感染します。感染者と接触する際は**手袋**やよく**手洗い、うがい**をしましょう。
- ・**徹底的な手洗い**を石鹸等で実施して、**しっかり除菌**しましょう。

体調不良の際は早めに医療  
機関で診察を受けましょう。



お問い合わせ先  
喜多方消防署 22-6211  
北塩原分署 32-2020

## 善意のひろば

H31.1.16～H31.2.15

### 御遺志

佐藤 和光 様 (松 原)  
故 佐藤 康伸 様

### 物品の御寄付

伊藤ハツヨ 様 (早稲沢)

### ボランティア

裏磐梯中学校 様  
(ひとり暮らし高齢者宅の除雪ボランティア)

東京農業大学 様  
(デイサービスセンター訪問)

ご厚情ありがとうございました。

## 行事予定

- 3/1 老連若手委員会ボウリング大会  
(スターボウル)
- 3/4 赤十字奉仕団役員会  
(デイサービスセンター)
- 3/9  
～10 ブラインドスキー  
(グランデコスノーリゾート)
- 3/12 民生児童委員協議会定例会  
(デイサービスセンター)
- 3/14 老連役員会  
(デイサービスセンター)
- 3/27 赤十字奉仕団総会  
(ラビスパ裏磐梯)
- 中旬 社会福祉協議会理事会  
(デイサービスセンター)
- 下旬 社会福祉協議会評議員会  
(デイサービスセンター)

## 米寿祝

3/23 荒井 清伊 様 (松 原)  
おめでとうございます。

## ブラインドスキー 募集 伴走ボランティア 募集中

平成31年 3月9日(土)～10日(日)



視覚障がい者の方が、安全にスキーを楽しめるようにサポートするボランティアです。  
中学生以上で、ある程度スキーが出来る方であれば、問題なく活動できます。  
また、スキーができなくてもレストラン内での誘導などのボランティアも大歓迎です！  
詳しくは、社協事務局までお問い合わせください。