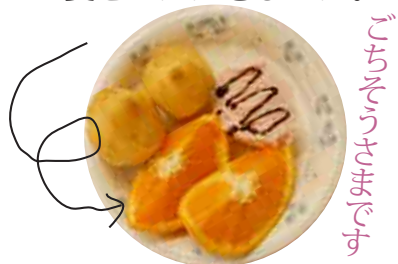


端午の節句

デイサービスではこどもの日にあわせて柏もち作りをしました。自分で作ると格別ですね。



ヒロのお菓子屋さんから甘夏をいただきました。



デイさんぽ

ほかほか陽気に誘われて、センター周辺を散歩しました。

新型コロナウイルス感染拡大防止のため、しばらくの間デイサービスへの訪問はご遠慮ください。



おしえて!
ケアマネジャー
さん!!

「たまにはリフレッシュしたい!」

そんな時は **凄腕ケアマネジャー** がお手伝いします!



先月号でお知らせしたとおり、1回目の「家族介護者リフレッシュ事業」を中止し、その代わりにギフトをお届けすることとなりました。対象は、要支援または要介護の認定を受けている方及びそのご家族。早速配布したところ、喜びの声を聞くことができましたよ!



ギフト① 特別な入浴剤



ギフト② 在宅介護ハンドブック

すぐに役立つ

在宅介護
ハンドブック



6月11日(木) あめ

担当: 松崎(包括)

狐鷹森にお住いの小椋さんへ、ギフトを届けました。喜んでくれるかなーと不安な気持ちもありましたが「ありがとう!」と気持ち良く受け取って下さいました。かえってありがとうございます!

介護保険に関するお問い合わせは、**居宅介護支援係**まで(小林・青木)

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】

ヌマさん(仮名) 89歳 女性ひとり暮らし
常に**アンテナ**張ってます

いつもお世話になっております。

もうすぐ夏ですね。

庭の雑草も青々と生い茂っております。

ヘルパーさんは、草むしりはやって

くださらないの?

やってもらえると助かるんだけど…

できません!

行わなくても生活に支障が
生じないものについては、
訪問介護ではできないこと
になっています。

保険外サービスで実施している
ところもありますが、当会では
実施していません。



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(穴澤・奥山)



「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイント

新型コロナウイルスの発生に伴い、感染防止の3つの基本である①身体的距離の確保、②マスクの着用、③手洗いや、「3密（密集、密接、密閉）」を避ける等の「新しい生活様式」が求められています。このような「新しい生活様式」における熱中症予防行動のポイントは以下のとおりです。

1 暑さを避けましょう

- ・エアコンを利用する等、部屋の温度を調整！
- ・感染症予防のため、換気扇や窓開放によって換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整！
- ・暑い日や気温の高い時間帯は無理をしない！
- ・涼しい服装にする！
- ・急に暑くなった日等は特に注意する！



3 こまめに水分補給しましょう



- ・のどが渇く前に水分補給！
- ・1日あたり1.2リットルを目安に！
- ・大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに！

2 適宜マスクをはずしましょう



- ・気温・湿度の高い中でのマスク着用は要注意！
- ・屋外で人と十分な距離（2メートル以上）を確保できる場合には、マスクをはずす！
- ・マスクを着用している時は、負荷のかかる作業や運動を避け、周囲の人との距離を十分にとった上で、適宜マスクをはずして休憩を！

4 日頃から健康管理をしましょう



- ・日頃から体温測定、健康チェック！
- ・体調が悪く感じた時は、無理せず！自宅で静養！

5 暑さに備えた体作りをしましょう



- ・暑くなり始めの時期から適度に運動を！
- ・水分補給は忘れずに、無理のない範囲で！
- ・「やや暑い環境」で「ややきつい」と感じる強度で毎日30分程度！

高齢者、子ども、障がい者の方々は、熱中症になりやすいので十分に注意しましょう。
3密（密集、密接、密閉）を避けつつ、周囲の方からも積極的な声かけをお願いします。

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

R2.5.16～R2.6.15

御遺志

伊藤 義人 様 (早稲沢)
故 伊藤 静枝 様

関本 忠宏 様 (大 塩)
故 関本 京子 様

鈴木 主計 様 (栃木県)
故 鈴木 湊馬 様

丸山 久志 様 (北 山)
故 丸山 キヌエ 様

酒井 茂一 様 (樟)
故 酒井 茂 様

ご厚情ありがとうございました。

米寿祝

7/13 穴澤 泰子 様 (松 原)

7/23 鈴木 妙子 様 (大 塩)

おめでとうございます。

福祉の仕事相談会

福祉の仕事に興味のある方は、是非行ってみてください

日時 **7/15(水)** 10:00～15:00 場所 **会津若松市社会福祉協議会**
会津若松市追手町5-32

問合せ 社会福祉法人 福島県社会福祉協議会 人材研修課 福祉人材センター
TEL024-521-5662 FAX024-521-5663

包括のコーナー

ぜひこんな相談も!!

新型コロナウイルスの影響により、自宅で過ごす事が多い今…

- ・足、腰が弱ってきている方
- ・物忘れなど気になる方
- ・自宅で出来る簡単な運動や脳トレを知りたい方 など

いつでも

【地域包括支援センター】
へご連絡ください。

休日相談窓口

7月11日(土)



電話・来所での相談を受け付けております。

次回は **8月8日(土)**

※作品は広報に掲載しますのでペンネームが良い方はご記入ください。



・脳トレに
励み夫婦で 若かえる

(社協職員 昔は女学生)

・ものわすれ
昔のことは 忘れない

(社協職員 マッキー)

・徘徊に
声かけあえる 村づくり

(社協職員 とも)

今回は、社会福祉協議会職員による川柳をご紹介します。

認知症にまつわる、ユーモア溢れる
微笑ましい川柳を募集します。
形式は5・7・5で自由に表現して下さい。

随時募集
しております。

認知症川柳募集

応募資格

北塩原にお住まいの方。又は、お勤めの方。
年齢関係なく、どなたでもご応募ください。

応募方法

応募用紙は問いません。地区名・年齢・お名前
電話番号を記入して下さい。
FAXやメールでも構いません。来所でも可能
です。取りに伺うこともできます。