

12 ほったやまつうしん

vol.96

北塩原村社協広報紙 

祝 百歳賀寿



10月21日に眞野新代さん(剣ヶ峯)が満100歳を迎えられ、ご家族同席のもと百歳賀寿贈呈式が行われました。福島県、北塩原村、社会福祉協議会からそれぞれ賀寿記念品が贈られました。長生きの秘訣は「好きなことをする」と伺いました。

全員が65歳以上の世帯、全員が身体障がい者である世帯、母子世帯の方で自力で除雪が困難な方へ

安心して生活を送るために除雪のお手伝いをします。玄関周辺や軒下など自宅(車庫、小屋、空家を除く)の除雪でお困りの方は地域福祉係へご相談ください。料金は無料です。

除雪作業員募集中!!



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が、必要の都度作業をしていただくようになります。詳しくは地域福祉係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



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。

日赤奉仕団 ひとり暮らし弁当配達

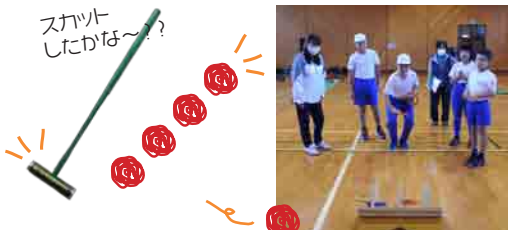
10月20日、11月9日に愛情いっぱいの弁当をお届けしました。弁当ができるまでおよそ2時間。下ごしらえから始まり、盛り付けまであっという間です。次回はクリスマスケーキの配達になります。お楽しみに～



世代交流

裏磐梯小学校×裏磐梯長寿会

10月20日裏磐梯小学校の児童がクラブ活動の時間を利用して、裏磐梯長寿会とスカットボールと輪投げの交流をしました。スカットボールは5つのボールを打ち、合計点数を競う簡単なスポーツです。また一緒に楽しもう！



初老連会長杯 グラウンドゴルフ大会

9月5日蛇平の裏磐梯多目的グラウンド(仮)にて老連会長杯を開催しました。優勝 松丸俊雄さん(松陽台) 準優勝 佐藤正義さん(松原) 3位 小野明さん(松陽台) 4位 中川浅昭さん(松陽台) 5位 五十嵐良子さん(大塩)



晴れ☀️ると磐梯山が見えます



身体障がい者 福祉大会・研修旅行

11月6日第68回福島県身体障がい者福祉大会が会津風雅堂行われ、北塩原村から3名が参加しました。大会終了後は柳津町へ研修に行き久しぶりの再会にみなさん笑顔。福満虚空蔵尊では赤べこに疫病退散を願いました。



田季野で昼食
⇒福祉大会
⇒柳津町



老人クラブ連合会 健康料理教室

11月6日県老人クラブ連合会主催の「高齢者の健康料理教室」に女性部長2名が参加しました。高齢者の食事について学んだあとは鮭のホイル焼きとポテトサラダを作り、減塩できる味付け方法を実践しました。



北塩原分署 × 社協 秋の防火訪問



✓ セルフチェック

- 住警器は寝室・階段・台所に設置している
- 冬期間、玄関以外に避難経路がある
- 洗濯物をストーブの上に干してない

福島県身障芸術作品発表会 優秀賞受賞

ひとこと
この作品は、
普段の生活で
感じている事を
そのまま読んでみました。
夏でも足元には毛布が
手放せない！



齋藤千里さん (北山)

暑いとて
クーラー付けければ
足痛い
優秀賞

～フレイル（虚弱）予防で健康寿命を伸ばしましょう！【運動編】～

家に閉じこもり、動かないことで（生活不活発）、体や脳の機能が低下するフレイルが進みます。フレイル予防は健康寿命をのばす重要なカギです。筋肉の衰えは、転倒・骨折や認知症のリスクも高めるので、できる限り体を動かすことが大切です。



回数や時間にこだわらず
できることを毎日続けましょう！



お元気確認☎

外出の機会が減り、閉じこもりがちな今、65才以上の方を対象に🍀お元気確認🍀の電話をかけています。

休日相談窓口

12月12日(土)



次回は 1月9日(土)

電話・来所での相談を受け付けております。

認知症川柳

今回、応募された川柳をご紹介します。

アラヤんだ

ガスの元栓 止めたべか？

(ヨソーアンツァ 87才 蛇平)

いまの人

あいさつしたが 誰だっけ？

(ヨソーアンツァ 87才 蛇平)

数かぞえ

指があまった なじよすんべ

(ほんぼこ 78才 曾原)

七き姑を

追って徘徊 名を呼びつ

(ほんぼこ 78才 曾原)

引き続き募集しておりますので、どしどしご応募ください。

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。

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、できないことがあったり、介護認定を受けていない方は利用することができなったり、色々と制限があります。そのできない部分を補うのが「**介護保険外サービス**」です。今月は、全3回のうちの3回目、最終回です!

介護保険外サービス③

通称
サ高住

「サービス付き高齢者住宅」

高齢者が安心して生活できるように、様々なサービスを提供するバリアフリー構造の“賃貸住宅”です。住み慣れた地域で自分らしく暮らし続けることを実現する「地域包括ケアシステム」拡充の施策として、2011年に創設されました。「サービス付き」が指す具体的なサービスは、安否確認と生活相談の2つです。食事の提供や介護サービスを受けたい場合は、別途契約（別料金）の必要があります。「一般型」と「介護型」の2種類があり、主な特徴は下記の通りです。

	入居対象者	特徴	費用
一般型	60歳以上 (介護認定を受けていれば 60歳未満でも可能な場合有) 自立～軽度の介護が必要な方	介護サービスは外部業者に 委託する必要がある。	入居時 数十万円 月額 5～20万円
介護型	60歳以上 (介護認定を受けていれば 60歳未満でも可能な場合有) 自立～要介護5	介護サービスを提供できる 体制が整っている。	施設により異なります。 入居時 数百万円 月額 15～40万円

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】

ヒロさん(仮名) 80歳 男性 ひとり暮らし
とにかく片付けが苦手

今年もあと1ヶ月だな～。

早いもんだ～。

家の中を片付けたいと思うんだけど
なかなか難しいんだよね～。

ヘルパーさん、大掃除は頼めるの?

ごめんなさい!
できません!

ヒロさんが普段生活するスペースの掃除はできますが、大掃除などの大掛かりな掃除はできないことになっています。



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(穴澤・奥山)

楽しいっばい!

デイサービス

早いもので、もうすぐ冬ですね～。
季節の変わり目、どちら様もご自愛ください。

おやつ時間

Trick or Treat! (お菓子くれなきゃいたずらしちゃうぞ!)
ハロウィン仕様の特別なおやつをいただきました!



ひなたぼっこ

ポカポカ陽気に誘われて～施設の前でひなたぼっこ。
暖かくて気持ちいいですね～。



お知らせ

新型コロナウイルス感染拡大防止の観点から、各団体等の施設への訪問は引き続きお断りさせていただいております。ご理解ください。

通所介護(デイサービス)に関するお問い合わせは、**通所介護係**まで(佐藤・赤城)

暖房器具の取扱いに 注意しましょう。



寒い時期を迎え、暖房器具を使用しているご家庭もあるかと思います。暖房器具は暖をとるのにとても便利な器具ですが、使い方を誤ると大きな火災に繋がる可能性があります。

注意点

- 本格的な使用前には清掃と点検を実施しましょう!!
- 洗濯物や燃えやすいものを近くに置かない!!
- スプレー缶などを暖房器具の近くや上に置かない!!使わない!!
- ストープの燃料給油時に灯油とガソリンを間違えない!!

「まさか!」に備えて

住宅用火災警報器を設置しましょう!

[奏功事例]

家族が電気ストーブを点けたまま就寝してしまい、翌朝4時30分頃に焦げた匂いと住宅用火災警報器の音で目を覚ましたところ、部屋の中が煙で充満していた。周囲を確認すると、電気ストーブの近くにあった羽毛枕から煙が出ているのを発見した。羽毛枕を玄関から外に出し、窓とドアを開けて換気した後、119番通報をしたもの。



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

R2.10.16~R2.11.15

物品の御寄付

遠藤 衛夫 様 (大 塩)
関本 壽々男 様 (大 塩)
高橋 善美 様 (大 塩)
江川 澄子 様 (上川前)
五十嵐 守 様 (上川前)
遠藤 由美子 様 (北 山)

ご厚情ありがとうございました。

行事予定

- 12/8 民生児童委員協議会定例会
歳末たすけあい配分会
(デイサービスセンター)
- 12/8 ひとり暮らし高齢者弁当配達
- 12/25 ひだまりくらぶクリスマス会
(米澤屋)
- 12/28 仕事納め

クリスマス
ケーキです

米寿祝

12/25 鈴木 マサ子 様 (秋 元)
おめでとうございます。

地域のみなさま、赤い羽根共同募金にご協力いただきありがとうございました。



さくら小学校

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 12/16(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

村人コレクション

村内で、素敵な活動をしている
方々をご紹介します!

File no.18

いつでも
楽しむがモットー

北山茶ノ湯愛好会

内容 茶道
会員 8名
活動 2回/月
場所 構造改善センター和室



茶ノ湯愛好会は30年前に公民館事業として始まりました。所作ひとつひとつに意味があり、丁寧に美しくお茶を点てます。出される生菓子で季節を感じながら頂く抹茶は格別ですね!



始めたばかりでも、みんなが暖かくサポートしてくれる! 底抜けに明るいメンバーが日々腕に磨きをかけ活動中!

立ち上げ時に作られた教科書は今も残っており、会の歴史を感じます。立礼式も昔からあるそうですよ!



代表: 武藤 朝子さん (北 山)

茶道は戦国時代に発祥し日本で栄えたものです。生菓子は江戸時代に発展したとか…みなさんも素敵な日本文化に触れてみませんか。