



北塩原村介護予防一般高齢者施策事業
健康づくり活動助成金のお知らせ

心身の健康増進や、介護予防を目的としている団体（サークル等）へ元気活動を応援する助成金を交付します。

申請書類がありますので、地域福祉係まで問い合わせください。昨年申請した団体へは用紙を送付します。

対象

総人数5名以上の団体でかつ65歳以上の村民が5名以上含まれている団体

助成額 1,500円(1名)

締切 令和2年10月9日(金)

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



ほったやまCLASSIC グラウンドゴルフ大会

新型コロナウイルスの影響で、地区単位の開催となった今年のほったやまCLASSIC。天気が心配でしたが、青空が広がりとても暑い中プレーしました。入賞した皆さま、おめでとうございます！



9月2日 北山ラウンド



準優勝 小枝雪子さん 優勝 小野明さん 3位 石井キヨ子さん



9月3日 裏磐梯ラウンド



準優勝 小椋三枝子さん 優勝 酒井作男さん 3位 小椋章雄さん



9月9日 大塩ラウンド



準優勝 高橋マサノさん 優勝 大竹實さん 3位 五十嵐衛さん



9月11日 桜原ラウンド



準優勝 小椋政廣さん 優勝 小椋義正さん 3位 相原正善さん

ニュースポーツ 交流大会

8月20日 福島県老人クラブ連合会主催の会津ブロック大会が喜多方市押切川体育館にて開催されました。当村からは15名が参加し囲碁ボール、スカットボール、カーリンコンで順位を競いました。



磐梯山老人クラブ連絡協議会 グラウンドゴルフ大会

14回目となるGG大会は今年もスポーツパーク桧原湖で開催しました。猪苗代町、磐梯町、旧河東町、北塩原村の磐梯山を囲む4町村が参加。個人の部男女優勝、4位入賞、団体の部は初優勝と輝かしい成績を収めました！



福島県老人クラブ連合会
1クラブ5名増強老人クラブ顕彰



新型コロナウイルス感染予防で、自宅にこもる時間が多くなっていると思います。筋力が落ちたり、疲れやすくなったり、心身や脳の機能が低下するフレイル（虚弱状態）が進み、要介護状態に繋がります。

毎日の暮らしの中でできる活動

からだを動かす	頭を使う・楽しむ
<p>散歩、ラジオ体操、一人踊り、階段昇降、足踏み、かかと上げ下げ運動、掃除、片付け、洗濯、畑いじり、庭いじり ※家事や畑仕事も日常の運動です！</p> 	<p>料理を作る・食べる、趣味活動、手芸、創作活動、歌を唄う、ゲーム、パソコン、インターネット、電話でおしゃべり</p> 

★食事は栄養バランスが大事！！歯磨きや入浴にはリフレッシュの効果があります。健康な心と体で、新型コロナを乗り越えましょう！！

認知症川柳

夫婦の会話

● 何言った 言った事さえ 忘れてる
(吉雄 87才 蛇平)

● かあさんよ おれの財布を 知らねえか
(ヨソーアンツァ 87才 蛇平)

● 何言うの ひとの財布の 番してね
(ヨソーアンツァ 87才 蛇平)

ユーマア溢れる川柳をご応募頂き、ありがとうございます。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。

※ペンネームご希望の方は作品に記入して下さい。

最近…

- 足腰が弱ってきた
- 転びやすくなった
- 長い時間歩けない など

運動のことや、杖・手すりなどの用具をお考えの方はご相談下さい。

地域包括支援センター ☎28 - 3766

休日相談窓口

10月10日(土)



電話・来所での相談を受け付けております。

次回は 11月14日(土)

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。

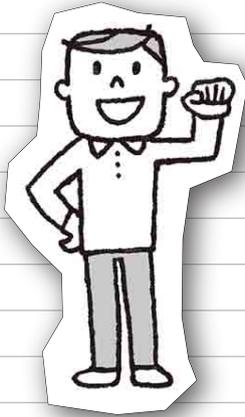
おしえて!

ケアマネジャー
さん!!

外

「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。今月から3回にわけてご紹介します。

介護保険外サービス①

「ケアハウス」

社会福祉法人や自治体、民間事業者などによって運営されている福祉施設です。身寄りがない、家庭環境や経済状況などの理由により、家族との同居が困難な高齢者が、有料老人ホーム等よりも比較的低い費用で利用できます。

ケアハウスには大きく2種類あり、「一般型（自立型）」では、主に自立した方を受け入れており、「介護型（特定施設）」では主に要介護状態の方を受け入れています。

利用できる人

60歳以上（または夫婦のどちらかが60歳以上）で、自炊ができない程度の身体機能の低下、または高齢等のため独立して生活することが困難な方。
入所の決定等は施設ごとに実施されます。
入所前に施設との契約が必要。

費用

月額8万円～13万円+自室の光熱水費等
費用は原則全額自己負担
入所時の補償金等は施設により異なる
入居しながら介護保険サービスを利用する場合、利用者負担は自己負担
医療は自宅にいる場合と同じで、自己負担

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】

リリさん(仮名) 80歳 女性ひとり暮らし
読書が大好き

いい季節になってきたわね。

秋の夜長は読書に限るわ。

次は誰にしようかしら?

東○圭吾? ○かなえ? 村上○樹?

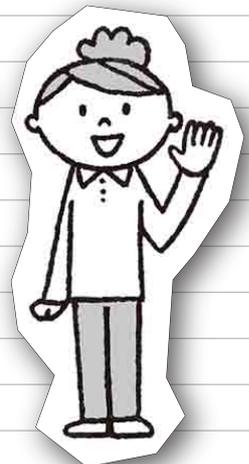
ヘルパーさん、お金を渡すから

小説を買ってきてくださらない?

ごめんなさい!
できません!

ヘルパーが買物代行ができるのは「日用品」のみです。

本は「嗜好品」にあたりますので、買ってくださることはできません!



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)

楽しいいっぱい!

デイサービス

コロナはまだ落ち着きませんか?
早く元の生活に戻れますように・・・。

スイカ割り

今年の夏も暑かったですね～。夏の風物詩「スイカ割り」を楽しみました! また来年もやりましょうね～。



ビールゼリー

ある日のおやつ。見た目はビールみたいですが、ゼリーです!
見た目でも楽しめますね～。お味はいかがですか?



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当面の間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)

農機具の取扱いに注意しましょう！

これから農作業の忙しい時期となります。喜多方広域管内では毎年数件、農作業中の事故が発生しており注意が必要です。

● 事故が発生する原因

- ①作業中の転倒 ②誤った使用方法による注意不足 ③機械の不具合



● 実際に発生した事例

- ★小屋から耕運機を出すため、バックにて走行していたところ、バランスを崩して転倒し、耕運機の刃に足が巻き込まれ負傷した。
- ★草刈機を使用中、誤って刃に石が当たってしまい、刈刃の破片が目に入り負傷した。
- ★耕運機を1人で使用中、誤って崖から転落、心肺停止の状態を家族が発見した。

● 農作業中の事故を予防するポイント

- ①取扱い説明書をしっかり読み、操作の基本を身につける。
- ②農機具の日常及び定期の点検整備。
- ③一人での作業はなるべくさける。家族などに作業時間、場所を教える。

スマートフォン・携帯電話からの119番通報の注意点



【発信地表示システムについて】

固定電話での通報時には、通報受付とほぼ同時に位置情報を表示することができます。携帯電話やスマートフォンでは、基地局エリアのおおまかな位置（300m～数km）が表示され、GPS機能付きの端末では、10m～50m程度の範囲に絞り込むことができますが位置情報の誤差等により、場所が十分確認できないことがありますので、119番通報に際しては、これまでどおり口頭で住所等の通報場所や目印となる目標物を伝えるようお願いいたします。

お問合せ先	喜多方消防本部消防課	22-6215
	喜多方消防署	22-6211
	北塩原分署	32-2020

善意のひろば

R2.8.16～R2.9.15

物品の御寄付

小椋 三枝子 様 (細野)

新倉 弘子 様 (埼玉県)

黒澤 スミ子 様 (狐鷹森)

日本赤十字社への御寄付

小椋 敏一 様 (早稲沢)

ボランティア

桧原長寿会 様
(デイサービスセンター花壇の草むしり)

ご厚情ありがとうございました。



花壇が綺麗になり、花が生き生きしています。
桧原長寿会の皆さんありがとうございました。

行事予定

- 10/1 赤い羽根共同募金運動月間 (～31日)
- 10/4 日赤記念碑清掃 (五色沼)
- 10/6 金婚夫婦表彰伝達式 (コミュニティセンターホール)
- 10/13 民生児童委員協議会定例会 (デイサービスセンター)
- 10/20 ひとり暮らし高齢者弁当配達 (保健センター)

百歳賀寿

10/21 眞野 新代 様 (剣ヶ峯)

米寿祝

10/31 樟山 ヨシ子 様 (北山)
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、是非行ってください

10/21(水) 場所 **会津若松市社会福祉協議会**
10:00～15:00 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.16

いきなりインタビュー!
この村の

郵便局長さん

内容 皆さんとのふれあい
会員 ー
活動 年1回GG大会の開催
場所 村内各地



郵便局が主催で毎年グラウンドゴルフ大会を開催しています。大会準備は大変ですが、回を重ねるごとに皆さんとの絆が深まると感じているそうです!局長さんと一緒に楽しめるなんて素敵ですね!



この豪華賞品!実は局長さんが丁寧に包装しています。大会参加者さんの笑顔と歓声のために!と汗を流す。

『全地区の交流行事が欲しい』という声をきっかけに始まったそうです。3人が団結した姿が印象的でした。



穴澤 裕幸さん (桧原郵便局長)

いつも郵便局をご利用いただきありがとうございます。これからも身近な存在であり続けられるよう誠心誠意頑張ります。