

2
vol.98

ほったやまつうしん

北塩原村社協広報紙 



だんごさし

豊作
無病息災
コロナ終息を願って...



裏磐梯幼稚園



裏磐梯小学校

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。



ひだまりくらぶ クリスマス会



12月25日(金)米澤屋でひとり暮らし高齢者を対象に、クリスマス会を開催。みなさん民踊やスポーツ民踊を披露され、会場は大盛り上がり。今回は、北山茶ノ湯愛好会さんが点てた抹茶と和菓子を美味しくいただきました。



令和2年度 募金状況

	日赤社資 (5月)	社協会員会費 (7月)	赤い羽根 (10月)	歳末たすけあい (11月)
北山地区	147,600	273,500	279,000	135,800
大塩地区	86,000	147,000	145,500	83,500
桧原地区	38,500	77,000	61,500	40,500
裏磐梯地区	88,100	195,000	140,700	106,600
その他	532,500※1	26,428※2	49,157※3	0
合 計	892,700	718,928	675,857	366,400

※1 日赤奉仕団32,500 個人500,000

※2 賛助会員26,428

※令和3年1月15日現在

※3 さくら小10,602 裏磐梯小4,520 第一中3,057 裏磐梯中3,324 募金箱ほか27,654

このような事業をおこなっています。



歳末たすけあい募金
日用品セット



歳末たすけあい募金
配分金



合同救援活動訓練



広報誌発行



ボランティア活動助成



百歳賀寿金盃贈呈



福祉図書購入助成



ひだまりくらぶ



世代交流昔あそび



グラウンドゴルフ大会

ご協力ありがとうございました

生活福祉資金貸付制度(教育支援資金)

【問合せ先】地域福祉係

社会福祉協議会では、生活にお困りの世帯に一時的に必要な資金の貸付を行う「生活福祉資金貸付制度」の相談を受け付けています。修学に関する費用の貸付内容は下記のとおりです。

- 制 度** 高校、専門学校(専修学校専門課程)、短大、大学への就学に必要な入学金や制服等の経費、授業料・通学定期代等の就学経費を無利子でお貸しする制度です。(申込みから送金まで1か月ほどかかりますのでご相談はお早めに)
- 対象世帯** 低所得世帯(借受人は就学する本人です)
- 教育支援費** 修学に必要な経費(授業料、教材費、交通費、家賃など)
- 就学支度費** 入学に際し必要な経費(入学金、制服代、教科書等の入学時に必要な経費)

※奨学金や他の金融機関からの貸付が利用できる場合は、そちらが優先となります。すでに購入・支払済みの経費は対象になりません。

～フレイル（虚弱）予防で健康寿命を伸ばしましょう！【栄養・口腔編】～

フレイル予防は運動と食事が基本です。年齢とともに食べる量が少なくなったり、粗食で低栄養になったり、噛む力や飲み込む力が弱り、食事の質が低下すると、せっかく運動しても筋肉の元となる栄養が不足して筋力維持には繋がりません。食事やお口のケアにも気を配りましょう！

栄養・食事の改善

筋肉に必要な栄養素【肉・魚・卵・乳製品大豆製品などタンパク質を多く含む食品】を毎日おかずに必ず入れる。好きなものだけに偏らず、バランスよく食べる。栄養補助食品なども活用。



お口のケアと体操

食後の歯磨きは、お口を清潔に保ち、風邪やインフルエンザ、新型コロナウイルスの対策になるだけでなく、フレイル予防に欠かせません。歌を唄う、早口言葉、おしゃべりも効果的。



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

2月13日(土)



次回は 3月13日(土)

電話・来所での相談を受け付けております。

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。

認知症

やさしい声かけ安心感

(社協職員 マッキー)

食べたのに

何度もねだり怒られる

(社協職員 少女△)

認知症

ならないように 他者交流

(社協職員 雪だるま)

今回は、職員の川柳を紹介します。

認知症川柳

応募方法

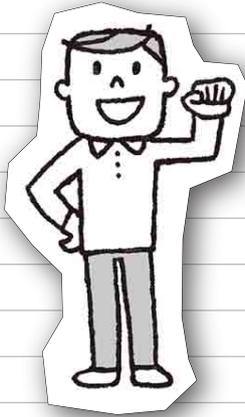
応募用紙は問いません。地区名・年齢・お名前電話番号を記入して下さい。FAXやメールでも構いません。来所でも可能です。取りに伺うこともできます。

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!



いや〜冬ですね〜。寒い冬は、熱いお風呂に入って温まるのが一番!
なんて思っているそこのあなた! 冬のお風呂には危険がたくさん潜んでいます。安全な入浴方法を知り、寒い冬を乗り越えましょう!

冬場に多発!

ヒートショック

ヒートショックは、急激な温度の変化により血圧が大きく変動することによって起こります。失神や不整脈のほか、場合によっては死に至ることもあるため、以下の点に注意しましょう。

1 脱衣所や浴室を暖める!

温度の急激な変化を避けるためです。特に脱衣所は温度が低くなりがちですので、ヒーターで暖めるなど工夫しましょう。

4 飲酒后、食後は要注意!

アルコールが抜けるまで、入浴は控えましょう。また、食後すぐの入浴も大変危険です。体調が悪い時も、入浴は控えましょう。

2 41℃以下! 10分まで!

温度の高いお風呂、長時間の入浴は危険です!

5 入浴前に同居者に一声!

同居者がいる場合には、入浴前に一声かけましょう。同居者は、高齢者が入浴した時はこまめに様子を見に行きましょう。死亡事故を防ぐには、早期発見が重要です。

3 浴槽から急に立ち上がらない!

急に立ち上がると、浴槽内に倒れて溺れてしまう可能性があります。立ち上がる時はゆっくりと!

安全・安心なお風呂LIFEを!

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】

アキさん(仮名) 91歳 女性ひとり暮らし
雪が多いとテンション下がりがち

去年は雪が少なくて助かったけど、
今年は降るね〜。

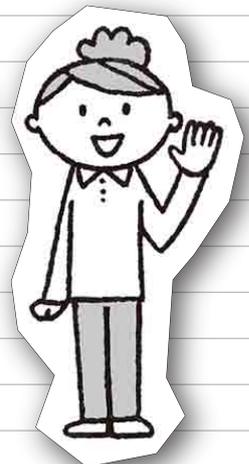
毎日雪かきだよ。もう飽きたね。

ヘルパーさんがやってくれると

すご——く助かるんだけどな〜。

できません!

除雪は介護保険サービスには含まれていません。訪問した時に、雪かきしないと家に入れない時はやっちゃんこもありますけど…。基本NG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(穴澤・奥山)

楽しいっばい!

デイサービス

デイサービスの窓から見える景色が、真っ白になってきました。いよいよ冬本番ですね。

サンタ、来る!

コロナ禍ではありましたが、デイサービスセンターにもサンタっぽい人がやってきました! プレゼントあげたり、ケーキ食べたり。



だんごさし

会津の伝統行事、だんごさしを行いました。無病息災、コロナ退散を願い飾り付け。1日も早く、普通の暮らしが戻ってきますように。



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。ご理解ご協力をお願いします。

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)

新年

令和3年火災ゼロをめざそう！

令和2年の北塩原村の火災件数は2件でした。新年は火災件数ゼロを目指して火災予防に努めましょう。また、火災の犠牲者をなくすために住宅用火災警報器を設置しましょう。



2020 年度全国統一防火標語

その火事を 防ぐあなたに 金メダル



雪の事故にご注意！

毎年、冬期間に雪による事故が発生します。冬期間の日常に潜む危険性を理解して、雪の事故を未然に防ぎましょう

歩行中の転倒

- 横断歩道の白線上
乾いているように見えて薄い氷ができて滑りやすい
- 人や車の出入りが多い歩道
出入りする人や車で踏み固められ滑りやすい
- 雪のついた靴でフローア-を歩く
雪のついたままの靴で屋内のフローア-を歩くと滑りやすい



除雪中の事故

- 屋根からの転落
晴れている日は、屋根の雪が緩んで屋根から一気に落ちることがあります。屋根の雪下ろしはヘルメットと命綱を身に付けて行いましょう
- 除雪機への巻き込まれ
雪づまりの処理は必ずエンジンを止めてから行いましょう
安全装置を正しく使用して、使用前後は点検をしましょう



善意のひろば

R2.12.16～R3.1.15

御遺志

石井 親弘 様 (北 山)
故 石井 恵子 様

武藤 進 様 (北 山)
故 武藤 康幸 様

物品の御寄付

鈴木 辰美 様 (大久保)

山本 壽美子 様 (関 屋)

ご厚情ありがとうございました。



手づくりマスク



入職職員のお知らせ



みなさんが安心した地域生活が送れるようお手伝いさせていただきます。明るい笑顔で、楽しく頑張ります。

R3.1.1採用
訪問介護係/訪問介護員

加藤 厚子

行事予定

2/9 民生児童委員協議会定例会
(デイサービスセンター)

2/25 赤十字奉仕団役員会・監査
(デイサービスセンター)

米寿祝

2/20 小椋 ルイ 様 (蛇 平)

2/28 小椋 久子 様 (長 峯)

2/28 河野 陽子 様 (剣ヶ峯)

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 2/17(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

退職職員のお知らせ

R2.12.31退職
地域福祉係/福祉活動専門員

榎本 智美

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.20

幅広い世代に
囲碁ブーム到来

北山囲碁愛好会

内容 囲碁

会員 5名

活動 第3土曜日 13:00～

場所 構造改善センター和室



囲碁の歴史は古く、日本には飛鳥時代に入ってきたそうだ。当会は50年程前に公民館の事業で始まり村民囲碁・将棋大会も開催していた。今後は囲碁人口を増やし村民大会を再び開催したい!



この日は年に2回開催する大会日。全集中で頭を使いポケ封じ!と笑い合い和やかな雰囲気伝わってきました。

囲碁の魅力は一手で流れが大きく変わる。将棋とは違う先読みの力が養われる。と笑顔で話すメンバー。



代表：樟山 正之さん(北 山)

囲碁に興味はあるけどきっかけがなかった方気軽に楽しく始めませんか。最近小学生や親子の習い事に人気です。新会員大歓迎!