

11 ほったやまつうしん

vol.119

北塩原村社協広報紙



さくら幼稚園の年長組が、デイサービスセンターのおじいちゃん、おばあちゃんにメダルを届けに来てくれました。屋外ですが可愛い園児と久しぶりに交流し、みなさん笑顔。少しずつ以前の生活に戻りたいですね。

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 <https://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。

赤十字奉仕団 記念碑清掃



10月2日(日) 毘沙門沼駐
車場にて記念碑を清掃しまし
た。この記念碑は1888年
の磐梯山噴火の際に、日本赤
十字社が平時災害救護を初め
て行った場所として建てられ
たものです。

パンとお茶

ひとり暮らし~~弁当~~配達サービス



9月27日今年度3回目と
なる弁当配達サービスを実
施しました。今回は、弁当
ではなく、パンとお茶をお
届けしました。





結婚50年、めでたく金婚式を迎えるご夫婦の皆さまおめでとうございます

令和4年度金婚夫婦表彰者

遠藤栄久さん・光子さんご夫妻(早稲沢)
 新井 徹さん・宮子さんご夫妻(狐鷹森)
 高橋光秋さん・英子さんご夫妻(秋 元)

9月28日(水)福島民報社と福島県老人クラブ連合会主催による「しあわせ金婚夫婦表彰式」で結婚50年目を迎える高橋光秋さん英子さんご夫妻をお祝いしました。表彰式では、表彰状と記念のおしどりメダルが贈られました。福島民報社の佐久間敏夫販売局総務兼販売部長、小野明老人クラブ連合会長、遠藤和夫村長、小椋渉社会福祉協議会長が祝辞を寄せました。

高齢者 健康料理教室

県老連主催の健康料理教室に参加しました。栄養バランスや低栄養の予防法などを学び、実習では冷凍食品を活用した食事をつくりました。



参加者
 石井キヨ子さん 小枝雪子さん 五十嵐良子さん 五十嵐サト子さん

認知症川柳

「勝手に表彰式」

認知症に関する啓蒙啓発の一環で始めた「認知症川柳」。
ご応募ありがとうございました。今年の応募数七三作品。広報紙掲載四十五作品。
選考で投票数の多かった「とびつきり」な作品を勝手に表彰させていただきます。

人気
ナンバーワン賞



デイサービスじいちゃんばあちゃん 龍宮城

(守 96才 上川前)

優秀賞



認知症 無邪気な母が 愛おしい

(京子ちゃん 83才 松陽台)

すごろくを 祖母は特急 二度あがり

(ぼんぼこ 80才 曾原)

ユーモア賞



ポケ認知 防げるマスク 作ってよ

(もの好きばあちゃん 74才 早稲沢)

二度、三度 出掛けの点検 多くなり

(はくちゃん 80才 剣ヶ峯)

あるある賞



時計無い あちこち探し 腕に有り

(ムク 89才 秋元)

けんかない 言った言わない 聞いてない

(ほすさる 65才 狐鷹森)

最多投稿感謝賞



ムク 【合計二六作品】

休日相談窓口

11月12日(土)

認知症のこと、介護のこと、
生活の困りごとなど、
ご相談ください。



次回は 12月10日(土)

お茶の間講座受講者募集

出張「認知症サポーター養成講座」
約1ヶ月前までに申し込み頂ければ、
村内の皆様のご自宅へ出張します。
ご希望の方は、名前・開催希望日時・
場所・受講人数等、電話でご相談ください。



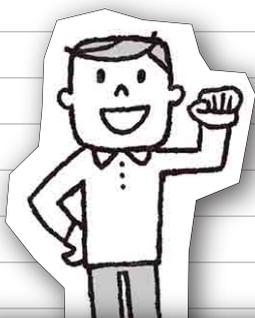
地域包括支援センター ☎ 0241-28-3766

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!



先月は、「フレイル（虚弱）」の全体像についてご紹介しました。
今月は「3大フレイル」と呼ばれるものをご紹介します。

括目せよ! 3大フレイルってこんな感じ

社会的フレイル



疾患や身体機能の低下などによって行動範囲が狭まったことが原因で、他者とのコミュニケーションが減少し、社会とのかかわりが希薄化した状態。

精神・心理的フレイル



疾患や身体機能の低下などによって行動範囲が狭まったりすると、生活意欲も低下します。それによって、抑うつ状態や認知機能の低下などが現れることがあります。

身体的フレイル



運動機能や口腔機能の低下、低栄養状態など、主に身体に現れてくる虚弱な状態。骨格筋の量が減少による筋力が低下、運動器の障害による移動機能の低下が見られます。

*次回は「3大フレイル」の基本についてご紹介します。

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・赤城)

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!

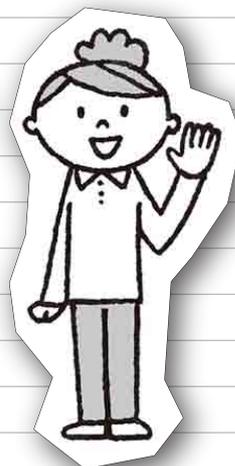
【相談者】

Nさん(仮名) 90歳 男性ひとり暮らし
趣味は庭のお手入れ

見てよヘルパーさん!
庭の紅葉が見ごろを迎えております。
でも、これが終わると落ち葉掃除が
待ってるんだよな~。
ヘルパーさん、落ち葉掃除は…?

ごめんなさい
できません!

普段生活に必要な場所の掃除しか認められていないので、庭の落ち葉掃除はできません。少しずつやってみてはいかがですか?気分転換にもなりますよ!



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・加藤)

栗と秋刀魚とカボチャ

栗とサンマとカボチャを折り紙で作ってみました。秋の味覚勢揃い♪



避難訓練

デイサービスでは年に1度、避難訓練を実施しています。今回はボイラー室からの火災という想定で避難しました。



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)

秋の全国火災予防運動が始まります！！

11月9日から11月15日まで令和4年秋季全国火災予防運動が行われます。これからの季節は気温が下がることからストーブ等の火気を使用することが多くなります。また、空気が乾燥するため火災が発生しやすくなりますので、4つの習慣と6つの対策を心掛け、無火災へのご協力お願い致します。

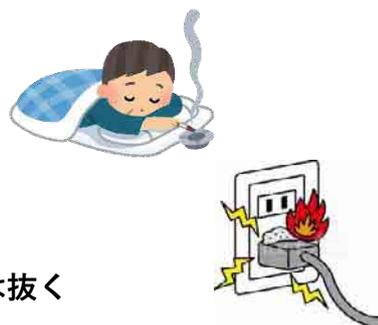
お出かけは マスク戸締り 火の用心

2022年度 全国統一防火標語

住宅防火 いのちを守る 10のポイント

4つの習慣

- ①寝たばこは絶対しない、させない
- ②ストーブの周りに燃えやすいものを置かない
- ③こんろを使う時は火のそばを離れない
- ④コンセントはほこりを清掃し、不必要なプラグは抜く



6つの対策

- ①火災の発生を防ぐために、ストーブやこんろ等は**安全装置の付いた機器**を使用する
- ②火災早期発見のために、住宅用火災警報器を定期的に点検し、**10年**を目安に交換する
- ③火災の拡大を防ぐために、部屋を整理整頓し、寝具、衣類及びカーテンは、**防炎品**を使用する
- ④火災を小さいうちに消すために、消火器等を設置し、使い方を確認しておく
- ⑤お年寄りや身体の不自由な人は、**避難経路と避難方法を常に確保し備えておく**
- ⑥防火防災訓練への参加、戸別訪問などにより、地域ぐるみの防火対策を行う



火災・救助・救急は **119** 番通報！！



喜多方消防署 22-6211 北塩原分署 32-2020

喜多方消防
QRコード



善意のひろば

R4.9.16～R4.10.15

物品の御寄付 匿名様(松原)

ボランティア 北山長寿会様
デイサービスセンター草むしり

ご厚情ありがとうございました。



ありがとうございました。

行事予定

- 11/1 歳末たすけあい募金運動
～30日まで
- 11/2 磐梯山老連ニュースポーツ大会
(猪苗代町カメリーナ)
- 11/8 民生児童委員協議会定例会
(保健センター)

米寿

- 11/1 高橋 ツヤ子 様(大塩)
- 11/5 小椋 妙子 様(小野川)
- 11/18 伊藤 延廣 様(狐鷹森)
- 11/30 五十嵐 静枝 様(大塩)

福祉の仕事相談会

日時 11/16(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



詳しくはこちら

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

行政区応援プロジェクト 松陽台編

昨年11月から地域づくりを推進する勉強会を松陽台地区で開催しています。2か月に1回のペースで活動を進め、9月16日(金)5回目の勉強会を開催。今回は、グループワークに取り組み、地域資源について話し合いました。



- 気の合う仲間同士、気軽に集える場所があったらいいな～。
- 買物や病院に行く時、車に乗せてくれる人がいたら楽だな～。
- ゴミの日。ついでにうちの持って行ってくれる人いないかな～。



～80歳の自分が住みやすい地域を目指して～

前回は、他市町村の助け合い活動の動画、事例紹介を通して「つどう」重要性を学びました。今回のグループワークは「松陽台の資源探し」。新しい発見や気づきがあり、盛り上がりました。今後も定期的に集まりを開催し、松陽台地区が住みやすい地区になるよう話し合いを重ねていきます。