


2  
vol.121

# ほったやまつうしん

北塩原村社協広報紙 



## 北塩原村高齢者世帯等 除雪サービス事業

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、自力での除雪が困難な方の除雪をお手伝いします(無料)



対 象：玄関から道路までの生活路。屋根の雪と軒下が繋がった場合。

積もった雪で窓ガラスが割れそうな場合など

対象外：屋根、車庫、小屋、空家、生活に必要な無い箇所の除雪、  
その他危険を伴う場所

申込先：社協 地域福祉係 ※大雪の場合、すぐに対応できないことがあります。

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。



# だんごさし 素敵な飾りになりました。

1月12日裏磐梯地区、13日北山地区の幼稚園と小学校で長寿会のみなさんと世代交流を行いました。だんごは丸以外にも、カメや巾着、おさかななど、思い思いの形に。カラフルで素敵な飾りになりました。





ご協力ありがとうございました。

単位:円

## 募金状況

令和4年度

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	161,500	312,000	305,000	153,500
大塩地区	74,500	150,000	143,500	73,000
桧原地区	40,000	79,000	77,500	40,500
裏磐梯地区	67,200	174,000	101,400	71,200
その他	231,000※1	92,000※2	27,791※3	0
<b>合 計</b>	<b>574,200</b>	<b>807,000</b>	<b>655,191</b>	<b>338,200</b>

※1 個人200,000 日赤奉仕団31,000 ※2 賛助会員92,000

※令和5年1月13日現在

※3 さくら小7,865 裏磐梯小4,064 第一中2,635 裏磐梯中1,743 募金箱ほか11,484

## 歳末たすけあい募金配分

12月13日の配分会では、村内の福祉施設や幼稚園、保育園に配分先が決定。21日に民協会長がお届けしました。



## 手づくりマスクの寄付

山本壽美子さん（関屋）から手づくりマスクをいただきました。ありがとうございます。マスクはご利用者様へお届けしました。



## 社協の除雪サービス

除雪サービス対象の方で、除雪にお困りの方は、気軽にご連絡ください。※表紙参照



「飲んだかよ」 毎朝二人で 薬の確認 (むかしの姉ちゃん 75才 早稲沢)

また話す 同じ言葉を 何回も (ムク 89才 秋元)

視野欠損 難聴 腰痛 ボケ退散 (はくちゃん 81才 剣ヶ峯)

道迷い 散歩と徘徊 紙一重 (ほすさる 65才 狐鷹森)

忘れても みんながいれば 怖くない (看護学生C 21才 郡山市)

認知症 みんなで支え 良い村へ (看護学生B 21才 郡山市)

三姉妹 誰が誰だか 分からない (看護学生A 22才 猪苗代町)

夢を見た 彼女と握手 誰だべなあ？ (上川前の翁 96才 上川前)

もの忘れ 過去の分別 その準備 (バインツリー 社協職員)

おしゃべりは 何にも勝る ボケ予防 (昔は女学生 社協職員)

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。

エトセトラ川柳

さする腹 大判小判 布袋様 (春夏秋冬 80才 北山)

あれもよし これもよし すべてよし (6×6 89才 下吉)

守られて かばわれて 年暮れゆけり (ぼんぼこ 80才 曾原)

血液型漫談 半分欲しい あのパワー (むかしの姉ちゃん 75才 早稲沢)

出張 認知症サポーター養成講座

事前(約1ヶ月前まで)に申し込み  
いただければ、村内どこへでも出張します。  
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。

28-3766 (大竹まで)

休日相談窓口

2月11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。

電話・来所での相談を受け付けております。

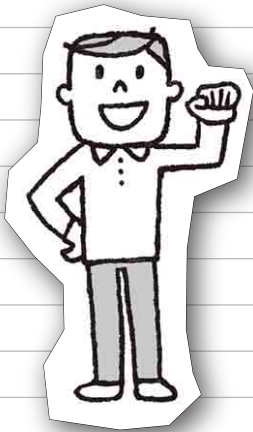


おしえて!

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!



「3大フレイル」をご紹介します。  
今日はシリーズ第2弾、「精神・心理的フレイル」です。

## シリーズ 3大フレイル を握り下げる! Vol.2

### Bさんの例

定年退職後、自分にできることを模索した結果、地域の様々なボランティア活動に参加するように。

草むしりやゴミ拾い、地域づくりに関する集まりにも参加。

冬のある日のこと。地区のゴミ集積所の除雪をしている時、足を滑らせて転倒。**手首を骨折**してしまいました。

以来、地域に出るのが急に億劫になってしまったBさん。

手首が治っても、家に引きこもるようになってしまいました。

「この前偶然Bさんに会ったんだけど、急に年とったな～」とBさんを良く知る人は言います。**物忘れ**もひどいのだとか…。



### 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り、生活意欲が低下した状態。  
(抑うつ状態や認知機能の低下などが現れることも)

### 解決策 のご提案

いつまでも若々しくいるために、絶対に必要なのは **人とのお付き合い!** 地域のボランティアは大事ですが、それ以上に **良好な人間関係の構築が大事です!**

除雪は他の人をお願いするとか、無理のない範囲で地域活動を!

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・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】

Pさん(仮名) 80歳 男性 ひとり暮らし  
最近重いものを持つのがツライ…

うちは地区のはずれにあるから、ゴミを出しに行くのが大変。  
最近は年のせいか、重いものを持つのがつらくなってきたし…。  
ヘルパーさん、ゴミ出しお願いできる?

お任せください!  
できますよ!

介護保険制度で、ゴミ出しはできるようになっていますので、ご安心ください!  
ただ、分別は事前に済ませておいていただくとありがたいです!



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・加藤)



楽しいっばい!

# デイサービス

わたしたち、デイサービスでこんな物を作ってます♪

みなさん編み物上手なんです！可愛くて実用的な作品が出来上がりました。



お次は、折り紙でポチ袋（お年玉袋）制作。



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）

# 凍った路面での転倒事故



## にご注意を！

今年の冬は、冷え込む日は多いものの、例年と比較し、雪が少ない冬となりました。しかし、高齢者をはじめとする、多くの方が凍った路面で転倒し、怪我をして救急搬送される事故は減っておりません。

### ◎雪が少ないのになぜ転倒するの？

今年の冬は、気温の寒暖差が大きい日が続いております。それに伴い、雪が解け、またそれが冷え込み、路面がブラックアイスバーン状態となります。目に見える雪があれば、皆さん滑るかも・・・と気をつけますが、雪がないことで屋外に出る際の一步目を不用意に踏み出していることが原因だと考えられます。



### ◎転んだら、どんな怪我につながるの？

転倒した方が怪我をするところは、腰(腰椎圧迫骨折)、太ももの付け根(大腿部頸部骨折)、手首(橈骨遠位端骨折)の骨折が多くなっています。この骨折は、高齢者であれば、自宅内での転倒でも起こる可能性があります。こういった怪我をすると、治るまで長期間の入院が必要となり、歩行能力や認知機能の低下に繋がります。

### 何か対策はできますか??

- ①雪がないからといって、サンダルや滑りやすい靴で外出しない！  
滑り止めも有効です。
- ②足を大きく上げて、歩かない！足の裏全体を使ったすり足で、歩きましょう。
- ③暗くなると、路面状況が分かりづらいので、夜間の外出は控えましょう！
- ④寒いとポケットに手を入れがちですが、受け身がとれないのでやめましょう！
- ⑤外出は時間と心に余裕を持ちましょう！



適切な知識と対策で、安心して安全な行動をしましょう！



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

R4.12.16～R5.1.15

### 御遺志

中川 ヨリ子 様 (下 吉)  
故 中川 敬一 様  
穴沢 真奈美 様 (大 塩)  
故 穴沢 傳次 様  
渡部 昇 様 (大久保)  
故 渡部 キヨ子 様

### 御寄附

会津信用金庫 喜多方東支店 様

### 物品の御寄附

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。



## 行事予定

- 2/8 市町村老連会長・事務局長会議  
(ホテル華の湯)  
2/14 民生児童委員協議会定例会  
(保健センター)  
2/21 赤十字奉仕団役員会 (監査)  
(デイサービスセンター)

## 百歳賀寿

2/18 佐野 雅子 様 (秋 元)

## 米寿祝

2/10 奥川 ハルノ 様 (北 山)  
2/27 酒井 勝子 様 ( 樟 )

おめでとうございます。

## 福祉の仕事相談会

日時 2/15(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

## 北塩原村社会福祉協議会賛助会員名簿

<五十音順・敬称略>

令和5年1月15日現在で会員登録となっている企業・団体様を掲載させていただきます。

賛助会員にご協力いただきありがとうございます

会津よつば農業協同組合北塩原支店  
裏磐梯高原ホテル  
株式会社高橋建設  
株式会社ラビスパ

藤田建築  
有限会社赤城製作所  
(有)加勢製材所  
有限会社吉川工務店

## 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

高校、専門学校、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～送金まで1か月程度、まずはご相談を)

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。