

2 ほったやまっしん

vol.133

北塩原村社協広報誌



は
も
し
よ
り

こ
と

ほ
り
な

り
お

ほ
れ

こ
う
け

あ
り



だんごさし 裏磐梯幼稚園



令和6年 能登半島地震 災害義援金募集

義援金は全額被災県（石川県、富山県、新潟県）へ被災地状況に応じて按分の上送金されます。

共同募金会

- ①三井住友銀行
支店名 東京公務部
口座番号 普通預金 0162530
口座名義 (福)中央共同募金会
- ②りそな銀行
支店名 東京公務部
口座番号 普通預金 0126815
口座名義 (福)中央共同募金会

日本赤十字社

- ①ゆうちょ銀行
記号番号 00150-7-325411
加入者名 日赤令和6年能登半島地震
災害義援金
- ②東邦銀行
南福島支店
口座番号 普通預金 612587
口座名義 日本赤十字社福島県支部
支部長内堀雅雄

村内募金箱の設置場所 ▶ 役場本庁 裏磐梯合同庁舎 桧原出張所 村デイサービスセンター

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 hottayama3757@gmail.com
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



facebook 社協HP

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。

さくら幼稚園



だんごさし

1月12日に長寿会の皆さんと村内の幼稚園児、小学生が豊作や無病息災を祈願してだんごさしをしました。飾っただんごで明るく彩られました。



歳末たすけあい募金の配分。

今年度集まった歳末たすけあい募金を財源に、村内のグループホーム、幼稚園、保育園へ配分金をお届けしています。また、70歳以上

のひとり暮らし高齢者、高齢者世帯へ日用品セットを届けることができました。ご協力ありがとうございます。



ご協力ありがとうございました。

単位:円

令和5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 下吉 谷地 北山 関屋 樟 松陽台	150,500	301,000	301,000	152,000
大塩地区 大塩 大久保 下川前 上川前	74,500	144,000	142,000	73,000
桧原地区 桧原 金山 早稲沢	40,500	78,000	77,000	38,500
裏磐梯地区 曾原 狐鷹森 剣ヶ峯 蛇平 秋元 小野川 長峯	66,700	170,000	89,900	74,900
その他	30,500※1	103,000※2	34,688※3	0
合計	362,700	796,000	644,588	338,400

※1 日赤奉仕団30,500

※2 賛助会員103,000

※令和6年1月15日現在

※3 さくら小6,610 裏磐梯小4,018 第一中5,143 裏磐梯中1,043 募金箱ほか17,874

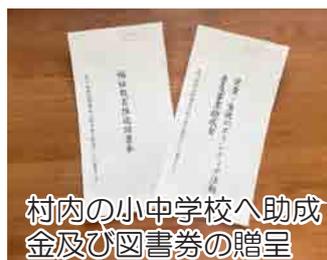
募金を財源とした活動紹介。



災害に備え物資を配備



百歳を迎えられた方へ表彰状及び記念品贈呈



村内の小中学校へ助成金及び図書券の贈呈



村内のグループホーム、幼稚園保育園へ配分金

買いもの支援車の運行。

2か月に1度、車を持っていないひとり暮らし高齢者、高齢者世帯を対象に、買い物支援をしています。スーパーやドラッグストア、

ホームセンターなど希望があればどこへでも行きます。買い物が終わったらみんなでランチタイム♪これも楽しみのひとつです。



次回は2月を
予定しています。

じいちゃんは さかきに見てる 年賀状

(京子ちゃん 84才 松陽台)

誰だっけ？ 何べん聞くのよ じいさんよ

(スズラン 86才 北山)

ハイ、ハイ、ハイ、メモした紙が ゴミ箱の中の姉ちゃん 76才 早稲沢

難聴や ツンポとチンポの 聞き違い

(春夏秋冬 80才 北山)

考える 人たよらずに ボケ防止

(ムク 91才 秋元)

他者交流 心と身体 刺激する

(ゆきんこ 上川前)

新聞を 繰り返し読む 脳トレだ

(ほんほんらぶ 下川前)

穏やかな あなたの笑顔が 特効薬

(一生陽気な中学生 社協職員)

「こっちだよ」 いっしか孫に 手を引かれ(バイツリー)

(社協職員)

いつまでも 忘れたくない 子の笑顔

(さへママ 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

やぶ医者と 陰口言って 今日も行く

(春夏秋冬 80才 北山)

ひ孫でき 百をめざして 頑張るぞ

(ムク 91才 秋元)

いつの日か 苦あり楽あり 夢のよう

(フデちゃん 95才 シャルム)

令和六年 マスクいらすの 全世界！

(上川前の翁 98才 上川前)

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10日(土)

介護保険のこと、認知症のこと、
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。

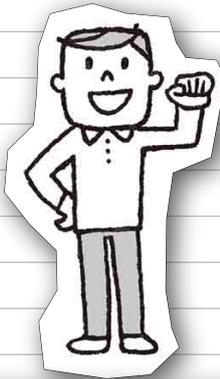
☎0241-28-3766

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!



11月号から、「オーラルフレイル」について説明してきました。今月は、「低栄養」対策でフレイルを予防する方法をご紹介します。フレイル対策の運動は大切ですが、食事と同じくらい重要なんです!

高齢期は **やせすぎ** に注意!

中年期
40歳~64歳

「**太りすぎ**」が問題!
食べすぎ、飲みすぎ、不規則な生活などが健康に悪影響を及ぼします。
単純に、消費カロリーと摂取カロリーのバランスが悪いんですね。耳がイタイ話です…

高齢期
65歳~

「**やせすぎ**」に注意!
BMI判定で「やせ」の判定が出た方、体重が減少傾向にある方は、「低栄養」の恐れがあります。毎日の食生活を見直し、バランスのいい食事を心掛けましょう。

高齢期はコレステロール値高めがいいかも…

一般的にコレステロール値が高いと不健康だと思われていますが、高齢期においてはそうとは限りません。たんぱく質や脂肪を十分に摂取していて、低栄養を予防していると考えられることもできます。ただし、ほかの検査値とのバランスも重要ですので、総合的に判断する必要があります。かかりつけ医に相談してみましょう。



ケアマネ専用の携帯を契約しました!
営業時間外や休日はこちらへどうぞ!

080-9425-7758

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!

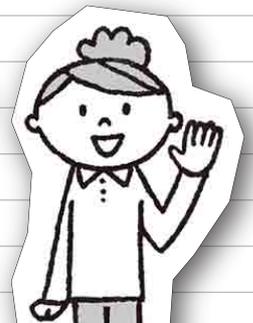
【相談者】

Zさん(仮名) 95歳 女性 ひとり暮らし
最近足腰が弱ってきた…

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。最近では年のせいか、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?

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!



お知らせ

現在、登録ヘルパーさんを募集しています。介護福祉士、ヘルパー2級などの資格をお持ちの方、スキマ時間を活用しませんか?

問い合わせ: 28-3757 (遠藤)

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)

楽しいいっぱい!

デイサービス

デイサービスの楽しいレクリエーション

デイサービスでは季節のイベントで、こんなことをしています。



トランプ
(ばば抜き)



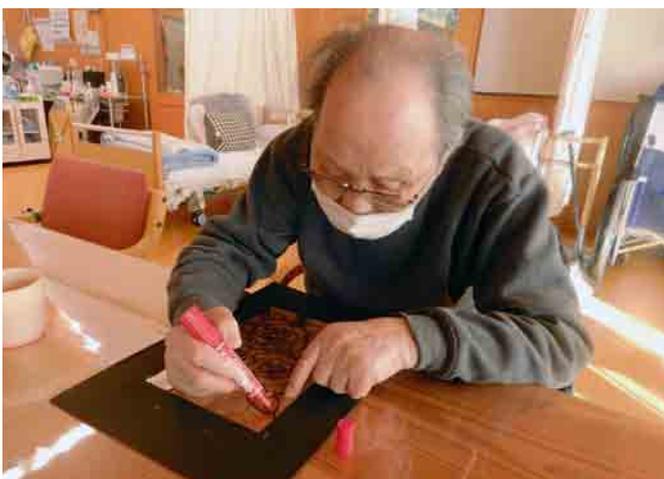
かるた



切り絵・色塗り
(ステンドグラス風)



だんごさし



介護職員 募集中

介護のお仕事しませんか?
経験・資格のない方・ブランクのある方も歓迎!!
まずはお気軽にお電話下さい☎28-3757

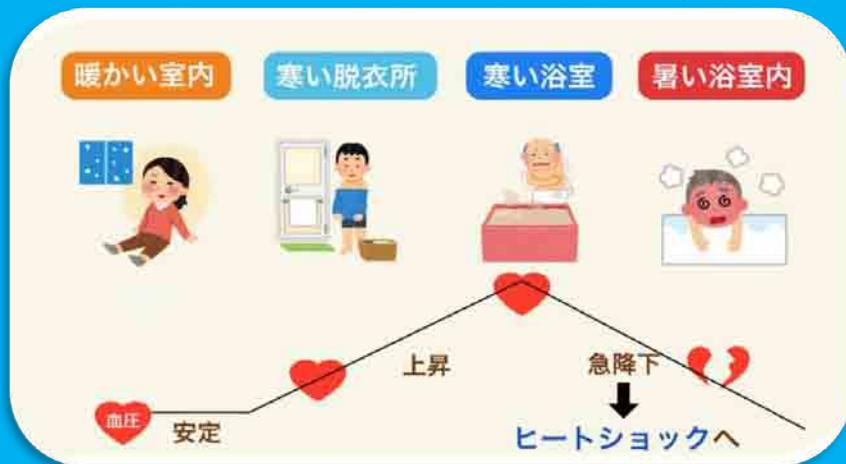
通所介護(デイサービス)に関するお問い合わせは、通所介護係まで(佐藤・赤城)

ヒートショックに注意！！

ヒートショックとは？

気温の変化によって血圧が上下し、心臓や血管の疾患が起こることをヒートショックといいます。この血圧の乱高下に伴って、脳内出血や大動脈解離、心筋梗塞、脳梗塞などの病気が起こります。

ヒートショックのメカニズム



予防と対策は？

①脱衣所と浴室を温める

暖かいリビングから脱衣所に移動した際の温度変化を軽減するために、暖房器具を置くなどの工夫をしましょう。

②お風呂の温度は低めに設定

お湯の温度が42°C以上になると、心臓に負担がかかります。38~40°Cに設定して入浴するようにしましょう。

③ゆっくりとお風呂から出る

お湯に浸かっている状態で急に立ち上がると、めまいを起こしたり、失神することがあります。お風呂から出る時はゆっくり立ち上がることを心がけましょう。

※ご不明な点は下記までご連絡ください。

喜多方消防署TEL-0241-22-6211

北塩原分署TEL-0241-32-2020

喜多方消防署

QRコード→



善意のひろば

R5.12.16～R6.1.15

御遺志

有働 隆 様 (金 山)
故 有働 つき子 様

松本 和広 様 (金 山)
故 松本 朋子 様

加勢 良彦 様 (北 山)
故 加勢 寅彦 様

武藤 賢一 様 (北 山)
故 武藤 なほ子 様

御寄附

会津信用金庫喜多方東支店 様
匿名 様

ご厚情ありがとうございました。

鈴木辰美さん(大久保)から門松が届きました。ありがとうございます。



行事予定

2/8 老連会長・事務局長会議
(ホテル華の湯)

2/13 民生児童委員協議会定例会
(保健センター)

米寿祝

2/26 遠藤 勝子 様 (北 山)

おめでとうございます。

福祉の仕事相談会

日時

2/21(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



会津信用金庫喜多方東支店様からご寄附

除雪サービスについてお知らせ

高齢者世帯、身体障がい者世帯、ひとり親世帯で自力での除雪が困難な方を対象に実施しています。生活に支障のない場所の除雪は対象外です。

流れ

利用される方

- ①社協へ連絡
- ②依頼内容を必要書類に記入
- ③作業日時、作業員の連絡が入る
- ④当日の立会い
- ⑤除雪終了後、必要書類を記入
(書類は社協職員がお届けします)

作業する方

- ①作業員の登録
- ②社協から活動依頼が入る
- ③除雪作業
- ④作業終了の報告
- ⑤社協から日当を受け取る

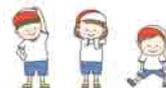


詳しくは地域福祉係まで

赤い羽根共同募金の使いみち

新入学生へ運動着(半袖)の贈呈

村内の幼稚園、小学校を卒業し新入生となられる園児、児童を対象に運動着を贈呈します。



図書カード贈呈

村内のひとり親世帯へ図書カードを贈呈します。

今年は福島県男女共生センターより寄贈された生理用品もあわせてお送りします。



住宅用火災警報器の購入

高齢者世帯へ無償配布しています。ご希望の方は地域福祉係までご連絡ください。

