



1 ほったやまっうしん

vol.144

北塩原村社協広報誌 

皆様方におかれましては、希望に満ちた輝かしい新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

日頃より、当会に対しまして深いご理解とご支援を賜り、心より感謝を申し上げます。

昨年を振り返りますと、5類へと分類されたコロナウイルス感染症は一定の落ち着きをみせ、当初の計画通り事業を実施することができました。各種事業にご協力を頂いておりますことに、重ねて御礼申し上げます。

本年も役職員一同「皆様に愛される社協」を信条とし、村民の皆様とともに地域の課題解決に取り組み、「誰もが支え合い

ながら安心して暮らせる地域づくり」を村当局、関係団体と推進して参ります。

さて、巳年は脱皮する蛇の姿から、再生や変化の象徴とされています。現状に満足することなく、よりよい地域づくりを目指して参ります。

結びに、本年が皆様にとって幸せ多い年になりますことを心からお祈り申し上げ、新年の挨拶といたします。



令和7年1月

社会福祉法人
北塩原村社会福祉協議会

会長 小椋 渉

11月28日(木)

百歳賀寿表彰 山内トミ子様(小野川)



当会からは賀寿賞状と記念の金盃を贈呈させていただきました。これから健康に留意され、益々お元気にお過ごしください。この度はおめでとうございます!

災害義援金 受付中

日本赤十字社及び共同募金会では、国内災害義援金を募集しています。

みなさまの温かいご協力を、よろしくお願いいたします。

受付中の国内災害義援金

能登半島大雨災害義援金
大雨災害義援金(秋田県/山形県)
能登半島地震災害義援金



日本赤十字社



共同募金会



発行・編集
社協HP

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

磐梯山老人クラブ連絡協議会 ニュースポーツ大会

11月20日（水）カメリーナ（猪苗代町）にて開催されました。当村からの参加者は40名。スカットボールと輪投げで得点を競いました。

結果は…健闘むなしく、上位入賞ならず！

いいんです！参加することに意義があるのです！他町村の会員と親睦を深め、楽しむことができました。



老連若手委員会主催 ボウリング大会

今回で16回目！

12月6日（金）喜多方市のスターボウルにて開催され、参加者30名がスコアを競いました。

今回で16回目を迎えたボウリング大会ですが、最近参加者が減少傾向で、非常に寂しいです。

次回は3月7日（金）に開催予定です。たくさんの方に参加していただきたいです！



男性の部 上位入賞者

おめでとうございます！



女性の部 上位入賞者

いい笑顔！



この事業は、老人クラブの会員増強を目的に開催しています。入会することで色々やることが多くなり、結果的にそれが介護予防につながります！

いざという時のために!

第一中学校 × 赤十字奉仕団 防災教室

11月13日(水)第一中学校にて開催されました。第一中学校の生徒38名と、赤十字奉仕団員14名が参加。日赤福島県支部から講師を招き、防災講話を聞いた後、ビニールポンチョ、新聞紙スリッパの作り方を学びました。村防災担当者からは段ボールベッドの組み立て方、簡易テントの設置方法を学習。最後に、赤十字奉仕団員がアルファ米を使って調理したカレーライスを食べ、防災教室は終了。今回の経験を、ぜひ今後役に立ててください!



防災講話



簡易テントの組み立て



ビニールポンチョ



カレーおいそう



段ボールベッドの組み立て



優良民生児童委員協議会 表彰

めでたい!

11月20日(水)~21日(木)宮崎県にて開催された第93回全国民生委員児童委員大会において、栄えある表彰を受けられました。長年の活動が称えられたもので、当村でこれまで委員として活動された全ての方々の功績です。おめでとうございます!

歳末たすけあい募金 配分会

12月10日(火)保健センターにて開催しました。地域の皆様からご協力いただいた歳末たすけあい募金。配分先を決めるのは、地域の実情をよく知る民生児童委員さんです。話し合いにより、村内の高齢者施設、幼稚園、保育園などへの見舞金配分のほか、高齢者世帯へ日用品セットを配布することが決まりました。





海と温泉一泊ツアー 家族介護者リフレッシュの会

in新潟県

初の宿泊企画！晩秋の新潟県にリフレッシュ旅に行ってきました！



↑ 青い海に皆さんご満悦！島の様に見えるのは弥彦山の様子です！

要介護、要支援の認定を受けている方の介護をされているご家族の皆さまのリフレッシュを目的に、11月26日～27日にかけて新潟県に行ってきました。

地場産業や街の歴史を感じながら、地元の料理と温泉でリフレッシュ！

三条市、燕市、上越市、新潟市を巡る盛りだくさんの旅でしたが、当日の様子をチョットだけご報告させていただきます！



← 市場で珍しい野菜を発見！



← 寒さの中でも凍り咲く花にうっとり



↑ 燕三条のご当地ラーメン食べごたえ抜群！！



↑ 魚市場で潮風を感じながら食べたサーモン丼



↑ 講習会の後は海鮮料理と温泉が待っています！リラックスタイム前の大切な講習です！

宿泊したホテルでは、認知症との上手な付き合い方に関する「認知症サポーター養成講座」を受講し認知症への理解を深めました。

認知症川柳

● 認知症 国民病と 名付けられ

(春夏秋冬 八〇才 北山)

● 認知症 負けずに意地はる 老夫婦

(スフラン 八七才 北山)

● 認知症 みんなで支える やさしい村

(マッキー 社協職員)

● 歳きくと 「二十歳」と答える おばあちゃん

(昔は女学生 社協職員)

● カレンダー 赤まるつけて デイ(サービス)を待つ

(京子ちゃん 八四才 松陽台)

● まご、ひまご、こづかいあげて 財布から(空っぱ)

(むかしの姉ちゃん 七七才 早稲沢)

出張

認知症サポーター養成講座

1ヶ月前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。

(担当：大竹)

休日相談窓口

1月11日(土)

もの忘れ、足腰の弱り、生活の困りごと
介護保険の手続きや介護サービス利用等
電話・来所での相談お待ちしております。

☎0241-28-3766

おしえて!

ケアマネジャー
さん!!

「夏だけじゃない!冬の“隠れ脱水”に要注意!

凄腕ケアマネジャー が解説します!

“隠れ脱水”とは?

身体に入る水分が減少

- 喉の渇きを感じにくい
- 汗をかきにくく水分を摂る機会が減る
- 身体を冷やしたくないから水分を控える
- トイレが近くなるのが嫌



身体から出る水分の増加

- 冬は空気が乾燥している
- 室内は暖房の使用でさらに乾燥している
- 風邪や感染症が流行しやすく体調不良による下痢・嘔吐

「隠れ脱水」とは、**自覚が無いまま身体から水分が失われている状態**です。冬は、空気の乾燥によって皮膚や呼吸から水分が蒸発する量が増えるため、気づかないうちに水分が失われてしまうのです。

脱水対策

①水分補給

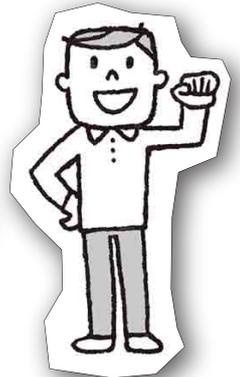
水や白湯などをこまめに摂るようにしましょう。脱水している時は経口補水液が有効です!

②乾燥対策

加湿器を使ったり濡れタオルを干すなどして部屋の湿度を上げましょう!

③体温調節

室内で厚着をしていると汗をかき体が冷えます。脱ぎ着しやすい服装で体温調節をしましょう!



脱水が、突然命を落とす原因になることも…!

脱水が進行すると血管を流れる血液の濃度が濃くなり、血管が詰って脳梗塞や心筋梗塞といった深刻な病気になってしまうこともあります。脱水を防ぐために、なるべくこまめに水分を摂るようにしましょう。

居宅介護支援係(小林・赤城) 0241-28-3755 / 080-9425-7758

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!

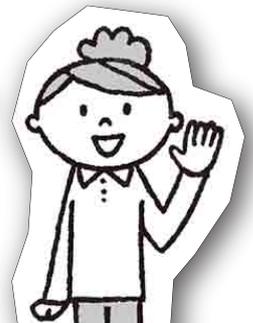
【相談者】

iさん(仮名) 88歳 女性 ひとり暮らし
最近除雪が苦痛で…

今年も冬になっちゃいましたね～。
雪かきが本当に苦手で…。
時々近所の人がやってくれるんだけど、
毎回頼むのも申し訳なくて。
ヘルパーさん、うちに来る日だけで
いいから、除雪してくれない?

できません!

介護保険法で除雪はできない決まりです。
たまには息子さん、娘さんを頼ってみては?



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: 28-3756 (遠藤)

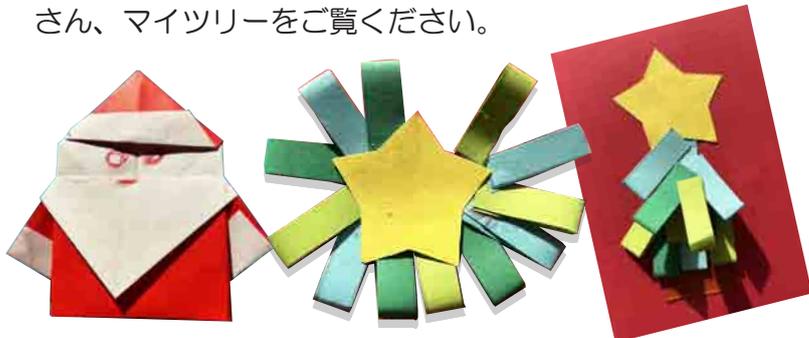
訪問介護係(穴澤・奥山・加藤) 0241-28-3756

楽しいつぱい!

デイサービス

サンタさんがやって来た!?

クリスマスになると、デイサービス自慢の大きなクリスマスツリーが登場します。星やベルなど利用者の皆さんに飾っていただき、華やかなツリーが完成！レクの時間には、サンタさんやクリスマスカードを作りました。個性あふれるユニークだったり凛々しいマイサンタさん、マイツリーをご覧ください。



かわいいサンタさん作れたよ〜♪



すてきな飾りつけになりました!

デイのなんで?おしえて!

堀太くんさあ〜



いつも送迎ありがとう。あのさ〜うちからデイに行く途中、役場の前通るじゃない?用足しがあるもんで、帰りでもいいから、ちょっと役場の前まで送って!通り道だからいいだろ?

はじめましてデイサービスの相談員堀太(ほった)です。みなさんの「なぜ」にこたえます。



できることに限りがあります

デイの送迎は、利用者さんのご自宅前からデイがある場所までと決められているんだ。通り道だから…ちょっとだから…と、僕も皆さんの声に応えたいんだけど、介護保険の制度で決まっていることだから、原則できないことになっているのです(;_;)ゞただね、計画して許可をもらえば、遠足とかお花見とか、できる「よりみち」もあるんだよ!

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)



喜多方消防本部からのお知らせ



シャープ ナナ イチ イチ キュウ

#7119

に電話してみませんか？

福島県救急電話相談

は、
急な病気 や **ケガ** をして、
病院 へ行くべきか？ **救急車** を呼ぶべきか？
迷った時 に看護師へ無料で **相談** できる窓口です。

急な病気やケガをした！

病院？ **救急車？**

でも、こんな時は **すぐに119!**

- 急な激しい胸痛
- 急な頭痛
- 意識がない
- 交通事故

※その他にも緊急と思ったらすぐに119へ！

※ 詳しくは 福島県ホームページ をご確認ください ⇒
 < お問い合わせ先: 喜多方消防本部警防課 0241-22-6215 >



福島県HP



喜多方消防
公式 X

善意のひろば

R6.11.16~12.15

御遺志

渡部愛恵 様 (故 渡部孝田 様:北山)

大竹良幸 様 (故 大竹志仁 様:北山)

物品の御寄附

伊藤キヨ子 様 (早稲沢) 匿名 様

ボランティア

伊藤淳子 様 (大 塩) 下嶋ゆき子 様 (蛇 平)

ご厚情ありがとうございました。

行事予定

- 1/6 仕事始め
(1/5まで年末年始休暇)
- 1/10 だんごさし
(各幼稚園)
- 1/14 民協定例会/新年会
(米澤屋)
- 1/15 喜多方方部赤十字奉仕団研修会
(喜多方市総合福祉センター)
- 1/19 いきいき村民
フェスティバル
(役場コミュニティセンター)

米寿祝

- 1/1 中川マツ子 様 (下吉)

引き続き

デイサービスセンター

ボランティア募集中

お茶出し、レクリエーションの補助、食事の配膳のほか、歌や踊りを披露して下さる方も募集中です。

活動を希望する方は、社協までご連絡を！

おめでとうございます

— 新入職員を紹介します —

福祉の仕事相談会

日時
場所

1/15(水) 10:30~14:30

会津若松市社会福祉協議会
会津若松市追手町5-32



内堀 博美

訪問介護員 (ホームヘルパー)

皆さんとの会話を大切にして、心温まるような支援ができるように頑張ります。

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！

番外編

村で働く方への特別インタビュー！

“生活支援コーディネーター”の大西さん

内容 地域福祉

職員 1名

活動 元気な地域づくり

所属 社会福祉協議会

※備考 いろんな場所にお邪魔しています。



← 集会所での地域課題改善検討会

■北塩原村でやってみたいことは？

地域の中で伝えられてきた歴史や文化、手仕事などがあることを地域の皆さまに教えていただきました。既に失われてしまったものもあるとの事ですが、そうした北塩原村らしい物事に、もう一度光を当てて、村の宝物を再発見し「地域を元気」にするための力に変えて行きたいと考えています。



■仕事以外ではどんな事をしていますか？

地元の自然や郷土史が好きで、あちこち現地に行って調べて周りたりしています。他にも草木や花をカメラで撮影したり、畑で野菜を作ったりしています。また喜多方市ではクマやイノシシなどの被害対策の勉強会の開催や動物の捕獲等も行っています。



← 黒部峡谷にて

■何をしている人なの？

ひと言で言えば「地域を元気にするためのお手伝い」をしています。高齢者の方々を含む地域の皆さまが健康で楽しく故郷で安心して暮らしていくためには、どんなことが必要なのかを、地域の皆さまと一緒に考え一緒に活動していく仕事をしています。「こんなことをしてみたいんだけど…」という皆さまの声をぜひ聞かせてください！