

Facebookにて情報発信中
フォローをお願いします!



3

vol.146

ほったやまつうしん

北塩原村社協広報誌



雪に負けない!

若いチカラ!

1月31日裏磐梯中学校1・2年生が、裏磐梯地区のひとり暮らし高齢者世帯の除雪ボランティアを実施しました。「除雪してくれて助かった」と、とても喜んでいらっしゃいました。みなさん、春までもう少しの辛抱です!

ブラインドスキー伴走ボランティア募集中

3/8 土 PM 9 日 AM

EN RESORT Grandeco

福島県耶麻郡北塩原村
大字検原字荒砂沢山 1082-93

視覚障がい者のスキーをサポート!
T.A.B.S(Tokyo Assosiation for Blind Skiers)さんのスキーツアーにおいて、視覚障がい者の方々が安全にスキーができるようにサポートするボランティアです。
初めての方へはサポート方法をレッスンしますので、初参加の方でも大歓迎です!

現地集合・現地解散 参加費無料(昼食代・駐車料は自己負担)
どちらか1日だけの参加もOK ボランティア保険に加入(保険料は当会負担)
日程詳細は、参加者へ後日お知らせします

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

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。

第5回いきいき村民フェスティバル

レポート

1月19日、役場コミュニティセンターホールにて開催し、47名の方にご参加いただきました。「生涯現役プロジェクト」と銘打ち、講演会や介護予防やいきがいくりに関する講話など、普段の生活に役立つ内容盛りだくさんのイベントとなりました。当日の様子をご紹介します。

第1部 講演会

「元気なところとからだ、いつまでも」
～フレイル予防～

一般社団法人
ふくしまをりハピリで元気にする会
理事長 岡本宏二氏



「元気なところ」を保つために大事なことは、幸せホルモン（セロトニン・オキシトシン・ドーパミン）を分泌させること。美味しい食事や時には運動行いリフレッシュすることで、幸福感が得られます。



冒頭から、岡本先生の軽快なトークに引き込まれました。お忙しいところお越しいただき、ありがとうございました。

しかし、人間は「イラッ」とする瞬間が必ずあります。そういう時は、すぐに楽しいことを3つ思い浮かべると気持ちを切り替えられるそうです。美味しい食べ物でも、気持ちが明るくなるものならなんでもOK。ぜひお試しください！

第2部 介護予防について

～地域包括支援センターより～



介護予防、認知症予防についてのポイントをご紹介します。途中、脳トシとして指体操を実施したところ、なかなかうまくいかないのか、会場からは笑い声があふれてきました。

第3部 活動報告

～生活支援コーディネーターより～



生きがいを持って、楽しく生活することの重要性を説明。昨年活動をスタートした団体の活動風景を映像でご紹介しました。今後も地域のみなさんの活動をお手伝いします。



保健センターからは、健康に役立つ情報をお届け。



いいで工房さん、ひだまりさんに商品を販売していただきました。

この事業は、社会福祉協議会が村から委託を受け、「介護予防支援事業」として実施しています。

「住み慣れた北塩原村で、いつまでも元気に暮らしたい」という、みなさんの思いを実現するためのイベントです。家の中に閉じこもらず、楽しみや生きがいを持って生活することが何より大切。

長い長い冬が終わり、ようやく春が来ます。何か新しい趣味や楽しみを見つけてみてはいかがでしょうか？

喜多方市赤十字奉仕団連絡協議会 研修会

1月15日（水）喜多方市総合福祉センターにて開催されました。当村からは、佐藤委員長と遠藤副委員長が参加。日本赤十字社福島県支部の野崎氏を講師に迎え、AEDの使用方法や心肺蘇生法を研修。とても勉強になりました。今後は村赤十字奉仕団の研修でも同内容の研修を実施する予定です。



喜多方消防署 × 民生児童委員 × 社会福祉協議会 火災警報器設置状況調査

1月29日（水）～31日（金）の3日間、北山・大塩地区の独居高齢者宅を三者合同で訪問し、火災警報器の設置状況を調査しました。

未設置の世帯及び古いものが設置されていた世帯へは新しい火災警報器を設置（無償）。

条例適合とまらない場所に設置されていた世帯は、正しい場所に移設を行いました。

今回の調査は、1月20日北山地区で発生した住宅火災を受けて急遽実施されました。火災が発生したお宅では、火災警報器が設置されていなかったと見られています。

まだまだ寒い日が続きますので、火を使う機会は多いと思います。火の元には十分ご注意ください。

なお、3月6日には北山・大塩地区にて、高齢者世帯等防火訪問を予定しています。



消防法で定められている 火災警報器の設置場所

①寝室 ②階段の上部（寝室が2階の場合）

台所への設置義務はありませんが、あればなお安心ですね。

①②は煙感知式、台所は熱感知式がオススメ！

2月4日（火）米澤屋さんで開催しました。毎月行っている日々の活動状況報告の後、研修会を実施。

今回は、地域包括支援センター職員を講師に招き、「介護保険制度」についての勉強会。どのような制度なのか、どういうサービスが使えるのか、使いたい時はどこに相談すればいいのかなど、知識を深めました。これで地域の方から相談があった際はバッチリですね！

めでたい！ 内海愛子さん（北山）

昨年1月に「永年勤続民生児童委員」の表彰を受けられました。おめでとうございます！今後ますますのご活躍をお祈りいたします。



民生児童委員協議会 定例会



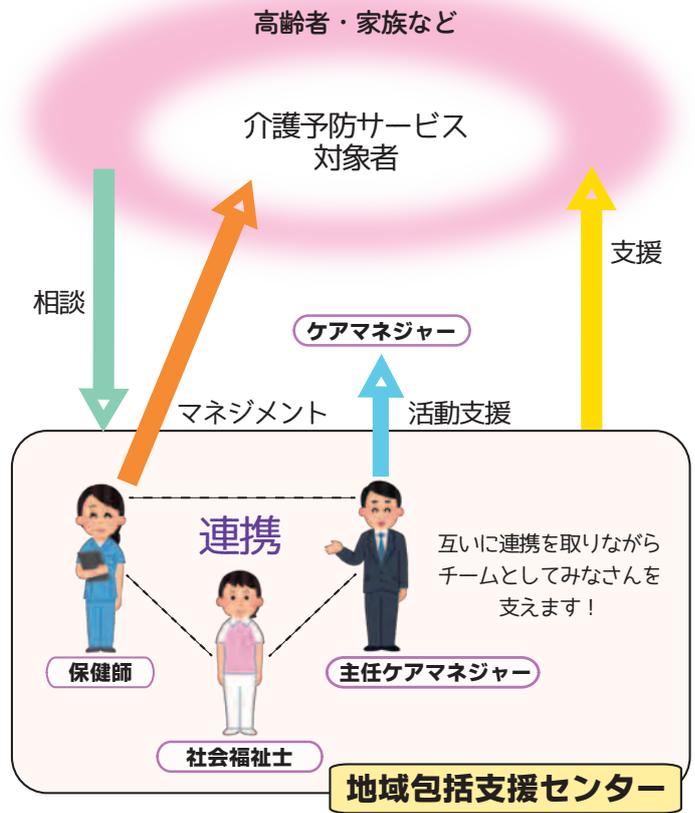
「地域包括支援センター」は、高齢者のみなさんが住み慣れた地域で安心して生活できるよう、必要な相談や支援を行う拠点として設置されています。保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャーを配置し、高齢者のみなさんやそのご家族の生活を、さまざまな面から総合的に支援しています。

高齢者のいろいろな相談ごと

本人や家族、地域住民、ケアマネジャーなどから受けた様々な相談ごとを適切な機関と連携して解決に努めています。困ったことがあれば、地域包括支援センターまで相談ください。

例えば…

- 近所に住む一人暮らしの高齢者が最近閉じこもりがみで心配…
- サービス事業者に不満があるが直接言いにくい…
- 引越してきたばかりで知り合いがいないので友人をつくりたい…
- 近所にある高齢者の活動サークルを知りたい…
- 介護予防についての相談をしたい…
- 最近、体調が悪く寝たきりにならないか不安…
- 財産の管理に自信が無い…



大募集 認知症川柳 投稿者募集

応募資格：北塩原村に在住、または勤務している方。

応募方法：お名前(ペンネーム) 年齢、行政区名、電話番号を明記のうえメール、FAXまたは手書き用紙で受け付けています。

休日相談窓口

3月8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

認知症川柳

- 雪つもる 屋根から落ちて 外見えず (ムク 九十才 秋元)
- 窓の雪 指でなぞりし 春や来い (京子ちゃん 八四才 早稲沢)
- デイサービス みんなの心身 いやしてくれる (スズラン 八七才 北山)
- こんにちは 「どちら様ですか？」 わからない (キミ 八十才 下川前)
- 種を見て ボケや認知に 負けないぞ (むかしの姉ちゃん 七七才 早稲沢)
- やれば出来 やらねば出来ぬ なにごとも (上川前の翁 九八才 上川前)

おしえて!

ケアマネジャー
さん!!

「居宅療養管理指導を知っていますか!?!」

凄腕ケアマネジャー が解説します!

薬剤師 による居宅療養管理指導とは

通院が困難な利用者の方に対して、医師等の指示に基づいて、服薬に関する指導や支援を行うためご自宅への訪問を行います。

薬剤師の専門的な知見を生かした支援により、利用者の方のQOL(生活の質)や治療効果の向上が期待されます。

家族が薬を飲んでくれない

薬の管理に不安がある…

正しく飲んでいるつもりだが薬の数が合わない…

薬が多くて混乱してしまう

薬を飲み忘れてしまう…



利用者・家族の不安

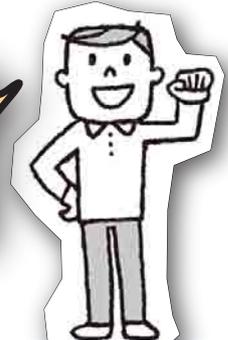
薬剤師による支援

利用者の方の能力や状態に合わせて薬の管理に関する支援を行います

- 一包化やお薬カレンダーなどを使用して飲み忘れを防止します。
- 飲み忘れをチェックして余った薬の整理をお手伝いします。
- お薬の正しい飲み方や保管方法について分かりやすく説明します。



お薬は、処方どおりに飲まないとお薬の効果が出なかったり、副作用が強くなってしまったりというリスクが伴います。
居宅療養管理指導では、薬剤師からの支援を受けることも出来ますので必要に応じて制度を活用しながら、お薬の適切な服用に努めて行きましょう!



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】

kさん(仮名) 95歳 男性 ひとり暮らし
最近洗濯が大変で…

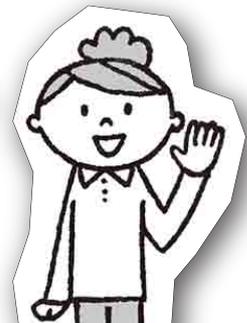
今までは全部自分で洗濯してきたけど、洗濯して干して取り込んで畳んでってなかなか大変になってきた。

年取ったからな～。

ヘルパーさん、洗濯はやってくれる?

できますよ!

制度上、洗濯はできることになっています。
まずは担当ケアマネに相談してみてください。



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: 28-3756 (遠藤)

訪問介護係(穴澤・奥山・加藤) 0241-28-3756

■節分■ 2月3日に豆まきをしました。節分は「みんなが健康で幸せに過ごせるように」との意味を込めて悪いものを追い出す日と言われています。デイの中の悪いものを追い払いました。



『鬼ができるかな?』

レクの時間には、節分の鬼にちなんだゲームで脳と手作業のトレーニング。二人一組になって、赤鬼と青鬼のパズルを組み立て競いました。紙コップでできたパズルは組み立てるのに不安定で、途中で崩れ落ちたり絵がズレたりと四苦八苦(´；ω；)完成した鬼は怖い表情のわりに、愛嬌が感じられ『ちっとも怖くねえ鬼だな』とデイの悪い鬼は、めでたく笑いで退治されたようです。

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)



住宅用火災警報器の設置は義務です！！



令和7年1月に発生した住宅火災により、高齢者1人が亡くなりました。
逃げ遅れを防ぐ切り札である「住宅用火災警報器」を設置しましょう。



全国で
令和5年の住宅火災による
死者数は**1,000人以上！！**
全国の住宅火災による死者は**1,023人！！**
このうち65歳以上の高齢者は**762人！！**
74.5%を占めています。

設置をされた方、点検をお忘れではありませんか！？

本体のボタンを押すか、付属のひもを引いて点検できます。
正常な場合、正常を知らせる音声や警報音が鳴ります。



または



**電池の寿命は10年です。
10年を目安に
本体の交換を行いましょ！**

※ご不明な点又は設置の依頼については、下記までお問合せ下さい。
喜多方消防署 TEL:0241-22-6211 北塩原分署 TEL:0241-32-2020

善意のひろば

R7.1.16~2.15

御遺志

弓田 正美 様 (故 弓田 定美 様:北 山)
鈴木 守直 様 (故 鈴木 サト 様:北 山)
梁取 東 様 (故 栗村 次夫 様:北 山)
内海 喜悦 様 (故 内海 良悦 様:関 屋)

物品の御寄附

立川 タキ子 様 (松陽台)

ボランティア

裏磐梯中学校 様

ご厚情ありがとうございました。



行事予定

- 3/6 高齢者世帯防火訪問
(北山・大塩地区:消防署合同)
- 3/8 ブラインドスキー
(EN RESORT Grandeco:~9日)
- 3/11 民協定例会
(保健センター)
- 中旬 社協理事会
(デイサービスセンター)
- 下旬 社協評議員会
(保健センター)

百歳賀寿

3/19 佐藤 ハル子 様 (早稲沢)

米寿祝

3/21 佐藤 元昭 様 (谷地)

3/31 本田 光子 様 (大塩)

おめでとうございます

ボランティア募集中!

ブラインドスキーの伴走

表紙をcheck!

デイサービスセンター

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。

福祉の仕事相談会

日時
場所

3/19(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



お詫び

令和6年12月末に、当会職員が勤務時間外に万引きを行い逮捕されるという不祥事を起こし、1月に退職しました。村民の皆様には大変なご心配をおかけしましたこと、心よりお詫び申し上げます。職員一同改めて法令遵守、社会規範の順守を再確認し、信頼回復に努めてまいります。

生活支援コーディネーター

活動報告 ver

~冬の買い物支援~

出歩く、楽しむ、ずっと元気!

買い物支援事業

対象 65歳以上の高齢者世帯等
頻度 2ヶ月に1回の定期開催
参加 電話による事前申し込み
場所 喜多方市、猪苗代町
※サービス対象者にはチラシを配布しています

参加者同士で会話も弾みます!



「これ美味しいんだよ」
「え〜今度作ってみようかな!」

買い物支援の送迎車 運行中!



社会福祉協議会では、車を所有していない高齢者世帯を対象に、2ヶ月に1度、買い物支援送迎車を無料で運行しています。

参加者同士でお話したり、一緒に昼食をとるなど楽しく交流しながら、お買い物していただくことができます。事業の対象となる方にはチラシを配布していますので、是非ご利用ください。

真冬の喜多方で新年会!?

1月。白一色の世界となった北塩原村を飛び出して、送迎車は少しだけ雪の少ない喜多方市へ。年明け以降、初めて会う利用者さんもいて「今年もよろしくな〜!」と新年会の気分さながらアハハ!ウフフ!と大盛り上がり。

昼食は、ちょっぴり贅沢なお刺身定食に大満足。買い物品と楽しげな声を満載した送迎車は、名残惜しくも雪の北塩原村を目指して走り出すのでした。



お刺身食べて新年会気分

参加者の皆さんの声

- ・今日は最高の一日。久しぶりに喜多方に来て大満足。
- ・この事業の良い所は、移動手段を提供してもらって事だけでなく、皆と笑って過ごせること。また明日から頑張れる。
- ・皆と大笑いしながら楽しめた。また行きたいな。

