

大崎上島町 社協だより

〒725-0401 広島県豊田郡大崎上島町木江5-9
社会福祉法人 大崎上島町社会福祉協議会 (TEL 0846-62-1718)
ホームページ <http://www.syakyo.net/>

No. 258

2024(令和6)年10月発行



被災者生活サポートボラネット 推進会議を開催しました！



9月20日、大崎上島町被災者生活サポートボラネット推進会議を開催しました。今回は、サポートボラネット運営マニュアルに基づく役割の確認や、今年度開催した防災セミナーの紹介を行い、来年度の運営者研修についての協議を行いました。実際にマニュアルに従った災害対応をすることができるかどうかを確認するための訓練や、現在行政で行われている防災の取り組みを知る機会を作っていく必要があると感じました。

平成30年西日本豪雨災害以来、町内で災害ボランティアセンターは立ち上げておりませんが、今年は元日の能登半島地震や南海トラフ地震臨時情報の発表、台風・大雨災害などがあり、大きな災害に備え、関係団体としての役割を確認するとともに、関係団体どうしの顔の見える関係づくりができたよい機会となりました。

日本赤十字社大崎上島町分区よりお知らせ

社協本所・各支所の窓口にて「令和6年9月能登半島大雨災害」の義援金受付を開始します。義援金は全額被災地へ送金し、被災地の生活支援に活用されます。

受付期間は令和7年3月31日までを予定しております。
皆さまのご支援ご協力、よろしくお願いいたします。



日本赤十字社
Japanese Red Cross Society



身体障害者福祉協議会だより

会員カラオケ交流会を開催しました♪



9月30日、東野保健福祉センターにおいて、会員カラオケ交流会を開催し、会員13名の方々にご参加いただきました。このカラオケ交流会は今回が初めてで、会員同士が交流できる機会を増やしたいと思い企画しました。当初8月30日に予定しておりましたが台風の影響により延期し、この度無事に開催することができました。

皆さんとてもお上手なことに驚き、普段とは違う会員の一面を知ることができて、職員も一緒に楽しませていただきました。レーザーディスクを使用したカラオケ機器で、ディスクを探すのに時間がかかったり、歌いたい曲が無かったりと少し課題も残りましたが、歌におしゃべりに交流を楽しんでいただくことができたと思います。

会員の皆さまの普段の暮らしの楽しみにつながるような交流会を今後も企画してまいります。



老人クラブだより グラウンドゴルフ大会を開催しました！

10月10日(木)、シーパーク大串において、第30回グラウンドゴルフ大会が開催されました。

当初予定していた開催日は、前日の雨でグラウンドの状態が悪かったため、順延日での開催となりましたが多くの会員が参加しました。大会当日は、天候にも恵まれ絶好のグラウンドゴルフ日和でした。



- | | | |
|-------|-------|---------|
| 【優勝】 | 向山長寿会 | 原田 幸枝 様 |
| 【準優勝】 | 原下長寿会 | 浜田 高男 様 |
| 【第三位】 | 大串長寿会 | 宇郷 博夫 様 |



～ 寒い秋冬に気をつけたい健康管理 ～

気温が下がり乾燥する冬は、ヒートショックやウイルス性の感染症など高齢者の健康に様々な影響を与えます。これから迎える冬場に気をつけたい病気や事故について、予防法を紹介します。



命を脅かすヒートショック！早めの対策を行いましょう！

ヒートショックという言葉は近年よく耳にしたいと思います。これは、室温の急激な変化で血圧が著しく変動し、心筋梗塞や脳梗塞、めまい、失神などの症状が現れることです。突然死の原因となることもあります。

冬は暖房を使用することで部屋と部屋の間で温度差が大きくなります。体は気温の変化に合わせて体温調節をしようと、血管を広げたり縮めたりするため、血圧が上がったり下がったりし、ヒートショックが起きやすくなります。**特に高血圧の持病を抱える高齢者は注意が必要です。**

浴室やトイレといった気温が低い部屋に、暖房器具を設置する、しっかり水分をとる、熱すぎるお湯にはつかからない、長湯をしすぎないといったことに気をつけましょう。



冬にも脱水は起こる！？こまめな水分摂取が最重要！！



脱水とは、体に必要な水分・ミネラルが不足した状態です。命にかかわる危険な状態になることもあります。夏に起こりやすい印象がありますが、**冬も注意が必要**です。なぜなら、空気が乾燥していることに加えて、気温が低くてのどが渇きづらいために水分摂取量が少なくなりやすいためです。

また、高齢者は特にのどの渇きを自覚しにくいいため、水を飲む機会がさらに減ってしまいます。食事の時に加えて、起床時、外出や入浴前後、就寝前など、ひと行動ごとに水を飲んで、こまめに水分摂取の機会を増やす（時計のアラーム機能を活用する人もいます）とよいでしょう。

今まで以上に注意が必要！インフルエンザ・ノロウイルス



冬は感染症にも気をつけたい季節です。その代表がインフルエンザです。38℃以上の発熱・頭痛・だるさ・関節痛・筋肉痛などの症状が現れます。高齢者は重症化しやすいため、感染予防が重要です。流行している時期には人混みを避け、マスクをつけることが大切です。手についたウイルスから感染を防ぐためにも、手洗いをしっかりと行いましょう。ワクチン接種も効果的です。

もう一つ注意したい感染症として、ノロウイルスがあります。罹患すると嘔吐や下痢などの激しい胃腸症状を引き起こします。過熱が不十分な二枚貝や、ノロウイルスに感染した人の嘔吐物・便から感染することが多いです。二枚貝を食べるときには十分に火を通し、食事前やトイレの後は流水と石鹸を使ってしっかりと手を洗いましょう。家族に嘔吐や下痢をしている人がいる場合は、感染を広げないために、マスクを着用し、周囲に広げないようにペーパータオルで拭きとり、次亜塩酸ナトリウム（町内の薬局にも販売しています）で消毒しましょう！

乾燥すると中にあるウイルスが浮遊してしまうので、速やかに処理をすることも大切です。



ご寄付ありがとうございました

お寄せいただいたご寄付は、福祉のまちづくり推進のため、有効に活用させていただきます。

【令和 6年 9月13日 ~ 令和 6年 10月10日 お申し出分】

【生前のお礼】

- ・東野 長谷川 結城様 (故母 靖子 様)
- ・原田 岡本 行雄 様 (故妻 妙子 様)
- ・中野 井村 邦子 様 (故長男 昭二 様)
- ・中野 亀田 妙子 様 (故夫 可明 様)
- ・中野 畠中 寛雅 様 (故母 ミユキ様)
- ・明石 信岡 瑞枝 様 (故夫 恒志 様)
- ・匿名 (2名様)

【香典返し】

- ・中野 長濱 逸也 様 (故妻 里江 様)
- ・中野 岡本 昌彦 様 (故父 功 様)

【一般寄付】

- ・匿名 (3名様)



社協からのお知らせ

認知症の人と家族の会



日時：10月25日(金) 9:30~11:30

場所：オレンジハウス

対象者：認知症状がある方、在宅で介護されている方



木江保健福祉センター改修工事のお知らせ

9月下旬より、木江保健福祉センターの大規模改修工事が行われています。外壁や屋根の改修や太陽光パネルの新設、内部の天井や壁、トイレの改修など、来年3月ごろまで工事が行われる予定です。敷地内は車で通り抜けできなくなっている他、時期によってセンター内のトイレなどの利用でご不便、ご迷惑をおかけいたしますが、ご理解いただきますようよろしくお願いいたします。



在宅介護者家族会 リフレッシュ交流会~in世羅

在宅介護者家族会は、介護をされている方が、介護に関する悩みや役に立つ情報などを共有することを目的に開催されています。リフレッシュ交流会は、介護者の交流と介護疲れの解消を目的に行われ、今年は9月27日に世羅高原へローズを見に行きました。ローズは満開ではありませんでしたが、道中会話が弾み皆様楽しまれている様子でした。

介護をひとりで抱え込まず、ぜひ一度家族会へ参加していませんか？お待ちしております。

社協居宅介護支援事業所 ☎ 62-1255 (担当：賀志谷)



「社協だより」は、皆様からの社協会費・寄付金などにより、発行させていただいております。