

大崎上島町 社協だより

No. 111

2012(平成24)年7月発行

〒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 62-1718)
ホームページ <http://www.syakyo.net/>



地域づくりフォローアップ会議



小地域福祉活動推進事業では、小原区・東原下区・大串区の3地区でフォローアップ会議を行いました。各地区とも当時の会議を振り返り、地域づくりの再確認を行いました。小原区では「命の宝箱」づくり、東原下区では「命の宝箱」を設置されている方への状況の聞き取り、大串区ではオレンジタオル運動の見直しと今年度新たな参加者を募集し引き続き取り組みを進めていくことになりました。

地域づくり会議も始まります

また、今年度は大崎地区(山尻区・片浜区・瀬井区)東野地区(盛谷区・下組区)、木江地区(宇浜区・上の谷区・木越区)の8地区で地域づくり会議を開催していきます。

地域の困りごとについて話し合い、各地区の実態に合った取り組みを行い、地域の支え合いや見守りを進めていきます。

★フォローアップ会議とは

すでに地域づくり会議が終了した地区で、その後の状況や、今後の課題について話し合いを行います。

- *小原区(平成21年度実施)
- *大串区(平成22年度実施)
- *東原下区(平成23年度実施)



「住み慣れた地域にいつまでも住み続けることが出来ますように・・・」

高齢者スポーツ大会

大崎上島町
老人クラブコーナー

初の合同開催！

東野・木江地区



6月 9日（土）：東野・木江地区合同

6月23日（土）：大崎地区

上記日程で、老人クラブ会員の交流と健康増進を目的に、高齢者スポーツ大会を開催しました。

笑い声と声援が響く中、選手の皆さんは一生懸命競技に取り組みました。



結果

優勝 白水長命会チーム
準優勝 鮎崎長寿会チーム
3位 古江長命会チーム

大崎地区

応援も負けない！

結果

優勝 東チーム（山尻・東原下・原下）
準優勝 北チーム（向山）
3位 中チーム（本郷・片浜）



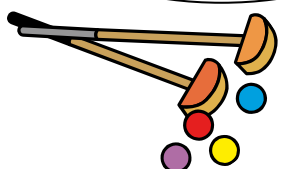
グラウンドゴルフ大会

6月26日（火）、シーパーク大串にてグラウンドゴルフ大会を開催しました。

前日までの雨で開催が危ぶまれましたが、無事雨も上がり、涼しい気候の下、24チームでグラウンドゴルフを楽しみました。



芝生が湿っとるけん、思
いっきり打ってもなかなか
飛ばんかったねえ。
みんなでわいわいできて
楽しかったわ！



結果

- 優勝 厚年Aチーム
- 準優勝 原下6友会チーム
- 3位 みのり会Aチーム



高齢者研修旅行

～高知を訪ねて～

7月11日（水）、12日（木）の2日間で、丸亀藩京極家別館（庭園と美術館）と坂本龍馬の故郷を訪れました。40名の参加で、わきあいあいとした旅になりました。

旅行中は降ったりやんだりのお天気でしたが、桂浜で記念写真を撮ることができました。



ご存知ですか？

「お互いさま」の支えあい

かみじまネット



☆「かみじまネット」とは？

生活する中で、「一人ではできにくくて困ったなあ、誰か手伝ってくれないかなあ〜」というちょっとした困り事を、かみじまさん(協力員さん)と一緒に解決できるよう取り組む活動です。

今までにこんな活動
したんだヨ！



* 掃除等の手伝い

(換気扇の掃除 植木鉢の片付け 絨毯の片付け ゴミの分別 荷物整理
仏壇の掃除 お風呂掃除 草取り・・・など)

* 家電製品の取り扱い説明 * ベットの組み立て * 見守り * 通院の付き添い

* 買い物支援 (代行して買い物に行ってきたもらった)・・・

😊「かみじまネット」には、キーワードが3つあります。😊

- ① 「気兼ねでお願いしにくい」ということをなくすために利用料をもうけています。
 - ・ 1時間あたり300円。
 - ・ おおむね2時間以内。
- ② 「できる事は一緒に！」をお願いしています。
- ③ かみじまネット活動をきっかけに「お互い様の関係づくり」を目指しています



※「困ったな!」と、思ったら、まずは社会福祉協議会にご相談ください。

電話62-1718 ネット担当職員がお話を伺います。

熱中症に気をつけよう！

気温が30℃を超える日も段々と増えてきました。すでに、熱中症で病院へ運ばれた、というニュースもあります。熱中症とは、高温の環境の中、からだが発熱を放出できなくなってしまう状態です。次のことに気をつけ、元気にこの夏を乗りきりましょう！

こんな時は要注意！

環境

- ・最高気温 28 度以上の日
- ・湿度が高い日
- ・熱帯夜（最低気温 25 度以上の日）
- ・風が弱い、日差しが強い日

からだ

- ・激しい労働や運動で体内に非常にたくさんの熱がつくられている時
- ・暑い環境に体が十分に対応できていない時

意外に起こしやすい、こんなとき！

閉め切ったの入浴中
キッチンでの調理中・熱帯夜の翌日
朝ごはんを食べていない時

予防法

- ①のどが渴いたと思う前に水分補給をする。
- ②スポーツは日中を避け、朝晩の涼しいときにする。
- ③帽子や日傘で、直射日光を避ける。
- ④風通しの良い衣服を着る。
- ⑤睡眠を十分にとる。
- ⑥食事を抜かない。
- ⑦室内の温度・湿度の管理をする。
- ⑧具合が悪くなったら早めに涼しいところで休む。

軽度～中等度の対処の方法

- ①水分補給をする。ただの水ではなく、スポーツドリンクや塩分が入った水(1ℓの水に、1～2gの食塩)を飲む。
- ②体を冷やす。首筋、脇の下、もものつけねを冷やす。
- ③木陰や、冷房の効いた涼しいところに寝かせ、衣服をゆるめる。
- ④①～③を行って状態を観察する。異常を感じたらすぐ救急車を呼ぶ。

こんな症状があったらすぐに処置が必要！

軽度

- この段階で対処すれば軽症
- ・ふくらはぎがけいれんする
(こむらがえり)
- ・たちくらみする

中等度

- 水分を飲めない、すぐに吐く等があれば、すぐに救急車を呼ぶ
- ・ひどく体がだるい
- ・めまいがしたり、頭痛がする
- ・吐き気がしたり、嘔吐する
- ・急に下痢が始まる

※回復しても、念のために医師の診察を受けること！

重症

- 直ちに救急車を呼ぶ
- ・わけのわからないことを話し始める
- ・大声を上げるなど興奮状態になる
- ・運動中に急にふらつく
- ・意識を失って倒れる



《相談窓口・問い合わせ》



大崎上島町地域包括支援センター (担当: 谷本 小松 田原)

大崎上島町木江5-9 (木江保健福祉センター内) ☎67-0022

ご寄付 ありがとうございます

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。

【平成24年6月7日～7月10日お申し出分】

【香典返し】

- ・木江 渡辺 幸子 様 (故夫 光一 様)
- ・沖浦 濱本 月子 様 (故父 十五 様)
- ・" 沖原二三香 様 (故母 ササヨ 様)
- ・明石 西田 秀夫 様 (故父 恒 様)
- ・東野 針本 哲治 様 (故母 ヨシミ 様)
- ・" 石田 恒彦 様 (故母 芳枝 様)
- ・中野 田房 光一 様 (故母 ユキミ 様)
- ・原田 土本 啓生 様 (故母 静江 様)

【一般寄付】

- ・木江 菅 紀子 様
(故母 菅 恵美子様生前のお礼)
- ・中野 浅岡 志豊 様
(故父 浅岡 祐二様生前のお礼)
- ・円妙寺佛教婦人会 (ダーナ募金として)
- ・東野 望月 春三 様 (外出支援のお礼)
- ・匿名 (2名様)

お知らせ



介護者家族会

～8月定例会のご案内～

介護されている方ならどなたでも参加できます

“定例会”は知恵の宝庫
介護者の悩みに応えます

日時 平成24年8月10日(金)
午前10時～11時30分
場所 大崎老人福祉センター
2階集会室

雨も また 楽しや ♪

6月8日(金)、三原市の「三景園」と「エアポートホテル」で、介護者の皆さんがリフレッシュ交流を図りました。

三景園のアジサイは満開ではありませんでしたが、広島「里・山・海」をテーマとした広大な日本庭園には、一同感動しました。

小雨の中の散策は、緑が映えて一段と鮮やかに感じました。



介護者リフレッシュ交流事業報告



エアポートホテルでは、お楽しみの昼食です。日頃家庭では味わえない、手の込んだ日本料理「玉手箱」を美味しくいただきました。

短い時間でしたが、「気分転換になった」「心を癒す事ができ、元気になれた」との感想をいただきました。

これからも介護者同士で息抜きをしながら、頑張りすぎない介護を続けていきましょう。

リフレッシュ交流事業は、共同募金の配分金により実施されました。

