

# 大崎上島町 社協だより

No. 236

2022(令和4)年12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 0846-62-1718)  
ホームページ <http://www.syakyo.net/>



## 高齢者巡回相談員 日々活動しています！



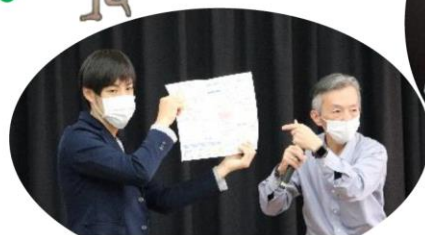
大崎上島公共交通  
イメージキャラクター  
「すみれちゃん」



企画課 末廣さん



実際にスマホで登録  
している様子



操作方法を説明する  
上坂さん(左)と田中さん(右)



11月16日(水)、大崎上島開発総合センターにおいて、高齢者巡回相談員連絡会を開催しました。今回の連絡会は、11月17日～12月16日の間で実施される「デマンド型おと姫バス実証運行」に使用される「オンデマンド交通システム」の操作体験教室を行いました。

役場企画課 末廣大樹さんと株式会社地域未来研究所 田中雅宣さん、富士通 Japan 株式会社 こうさかあきのり 上坂晃慎さんたちに、大崎上島町における公共交通に関する課題や、「オンデマンド交通システム」の使い方についてご説明いただき、参加者が自分のスマートフォンで利用者登録やバスの予約を体験しました。慣れない操作に大苦戦でしたが、地域の困りごと解決のために、皆さん一生懸命学んでおられました。



また、11月9日から始まった「秋季全国火災予防運動」の取組の一つとして大崎上島消防署が実施している「防火訪問」が11月12日に盛谷区、13日に向浜区において行われました。

この活動は、ご希望される高齢者宅を消防署員と高齢者巡回相談員が回り、火災につながる可能性のあることへの指導を行っています。

高齢者巡回相談員は、高齢者の安否確認や暮らしの困りごとを **社協につなぐ** 大切な役割を担って、日々活動されています。



防火訪問にも  
協力しています



# 地域に新人井上が お邪魔しました！ 人権対策高齢者活動を担当しました

11月10日に東野解放教育集会所で開催された人権対策高齢者活動を社協職員が担当しました。

今回は、肩甲骨周辺の筋肉を柔らかくするためのストレッチを行いました。肩や肩甲骨周辺の筋肉が硬くなると、蓄積疲労や血行不良を起こし、肩こりになってしまいます。

これからの季節は、寒さ対策として厚着をする事が増えるため、肩こりが起こりやすくなり、また血行が悪いと手先や足先の冷えの要因となります。

肩甲骨周辺の筋肉を柔らかくすることにより、肩こりや血行不良の改善につながることをお伝えしました。



肩甲骨周辺の筋肉の状態をチェック！



- ① 胸の前で両肘を合わせます。
- ② その状態で腕を上げます。この時、肘が鼻より高く上げられない場合は周辺筋肉が硬くなっている状態です。しっかりストレッチをしましょう！



## 上の谷サロンにもお邪魔しました



緊張していたのですが、暖かく迎えてくださいました。皆様メモを取りながら、話を聞いてくださいました。



11月17日に上の谷集会所で開催された上の谷サロンに参加しました。

今回は新人職員の自己紹介と、担当している相談事業について話し、困りごとや、どこに相談していいかわからないなど不安なことがあればお話を伺いますので、ぜひご相談くださいとお伝えしました。

皆様からは、サロン開催までの段取りのお話や最近あった出来事など、様々なお話を聞かせていただき、楽しい時間を過ごすことができました。

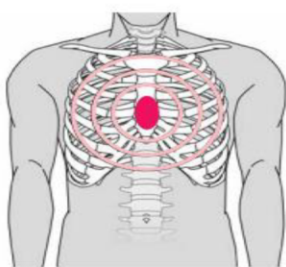
今後も多くのサロンにお邪魔して様々な社協事業を紹介し、知っていただきたいと思います。

## いざという時のための心肺蘇生について学びを深める！

冬場は寒く体調を崩すことが多く、救急搬送も多い時期と言われています。例えば、心筋梗塞や脳梗塞、脳出血や突然の心停止など疾患は様々です。今回は、心肺蘇生法の**胸骨圧迫**（心臓マッサージ）について説明します。

倒れている人を発見したら、まず意識と呼吸の確認をします。そして「意識も呼吸もなし」と判断したら、大きな声で周囲の人に呼びかけて、安全を確認したうえで 119 番へ通報、AED が近くにあれば持って来てもらいます。

### ☆胸骨圧迫（心臓マッサージ）の位置について



胸の真ん中に「**胸骨**」よばれる、縦長の平らな骨があります。圧迫するのはこの骨の下半分です。簡単に言うと、胸の真ん中を圧迫します。

### ☆胸骨圧迫（心臓マッサージ）の方法



図は厚生労働省ホームページより引用

胸骨の下半分に、一方の掌をあて、その手の上にもう一方の手を重ねます。重ねた手の指を組むと良いでしょう。

圧迫する時は、傷病者に対し**垂直に体重**が加わるよう**両肘を真っすぐに伸ばし**、組んだ自分の手の甲の真上に肩がくるような姿勢をとります。

傷病者の胸が **5 cm** 沈み込むように「**強く・早く・絶え間なく**」胸骨圧迫を繰り返します。圧迫のテンポは **1 分間に 100~120 回** です。圧迫の強さが足りないと十分な効果が得られないのでしっかり圧迫することが重要です。胸骨圧迫は 1 人で 1 分間行い、その後は素早く交代し有効的な胸骨圧迫をしましょう。

大崎上島消防署で講習会が行われる際は、ぜひ参加して実際のやり方を学んでみましょう！



保健師 沖本

予告

AED の  
使い方

《相談窓口・問い合わせ》大崎上島町地域包括支援センター ☎67-0022

大崎上島町木江5-9（木江保健福祉センター内）

# 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4年11月12日～令和4年12月9日お申し出分】

## 【香典返し】

- ・東野 高橋 泰江 様 (故夫 貢 様)
- ・東野 長岡 美智子様 (故夫 武男 様)
- ・中野 源田 一成 様 (故弟 耕二 様)

## 【一般寄付】

- ・木江中昭和31年卒業生 様
- ・中野 菅原 一郎 様 (外出支援のお礼)
- ・匿名 (2名様)

## 【生前のお礼】

- ・東野 宮本 悦子 様 (故夫 和平 様)
- ・明石 梅田 謠子 様 (故母 木下エツコ様)
- ・広島市 升本 武司 様 (故母 水井チヨミ様)
- ・匿名 (1名様)

社協だより No. 235 の寄付受付期間に誤りがございました。訂正してお詫びいたします。

(誤) 11月15日お申し出分 → (正) 11月11日

## おいせ 暮らしの相談会

大崎上島町社会福祉協議会では、介護や仕事、生活などの様々なお困りごとがある方の相談窓口として『暮らしの相談会』を開催します。お気軽にお越しください

日時：1月24日(火) 13:30～15:30

会場：大崎上島開発総合センター

対象：町内にお住まいの方・支援者



☎0846-62-1718 (担当：塩飽・井上)

## 在宅介護者家族会 ～1月定例会のご案内～

日時：1月20日(金) 13:30～15:00

場所：大崎老人福祉センター1階(すまいる一む)

対象者：在宅で介護されている方または介護されていた方

## 認知症の人と家族の会 ～1月定例会のご案内～

日時：1月27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

## NEWS 住み慣れた地域で安心して自立した生活を送るために福祉車両を寄贈いただきました



リフトでストレッチャーごと乗ることができます



中外製薬株式会社様が毎年実施されている「在宅福祉移送サービスカー寄贈事業」に、今年度の助成先として、大崎上島町社会福祉協議会が選ばれました。

11月16日(水)、木江保健福祉センターにおいて、中外製薬株式会社様ご出席のもと在宅福祉移送サービスカーの寄贈式を行いました。

今回いただいた車両は「トヨタハイエース 車いす仕様車」で、運搬台車付担架(ストレッチャー)を搭載することもでき、車いす等の昇降はリフトにより簡単に行えます。

本会では、ふれあいサービス利用者の送迎などに活用し、これまで以上に地域貢献してまいります。

中外製薬株式会社様、誠にありがとうございました。

「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。