

やさしさ、あたたかさを **発信!**



南阿蘇社協だより



「とまりがけサービス事業」

屏風飾りのおひなさま

色あざやかな折紙を重ねて折り、
屏風びょうぶに飾ったかわいい「男びな」と「女びな」
を作りました。



No.54

平成27年.3.30
発行

編集・発行 社会福祉法人 南阿蘇村社会福祉協議会
TEL 0967-67-0294 FAX 0967-67-2317

大切な子どもの命を守るために 日赤 幼児安全法講習会 開催



参加された皆さん

去る、2月5日(木)、長陽保健センター(わくわく広場)において、幼児安全法講習会を開催しました。日赤熊本県支部の村田裕子先生より講義と実技指導をしていただきました。気道異物の除去の仕方、心肺蘇生法、AEDの使用法等の緊急処置を学びました。いざという時に対応できるよう皆さん熱心に受講されていました。



日赤熊本県支部
村田裕子 先生



気道異物の除去



心肺蘇生法、AEDの使用方法

参加された方の感想です。

- AEDの使用方法など見たのは初めてでしたのでとても役に立ちました。街の中で見かけても正しい使用方法が分からないのではどうする事も出来ません。いつ起こるか分からない子ども達を取巻く危険から守る周囲の配慮が必要だと思いました。
- 安全の為に大人の環境整備や見守りなど協力すれば出来ることが沢山あると思います。今日研修出来て本当に良かったです。
- 実技がとてもためになりました。胸骨圧迫の方法も聞いてみるだけと実際にやってみるとでは全然違い、力の入れ具合とかも分かって本当に良かったです。

第9回 南阿蘇村ボランティア養成講座 開催



元熊本大学大学院教授
碓川 眞旬 先生



碓川先生の講話の様子



参加者の声

- 初めての参加で最初は色々戸惑いましたが講義を受け心が初心に戻るようでした。レクリエーションも大変楽しく出来、地域で習ったことを実践していきたいと思います。
- 午前中は、碓川先生の自身の日々の生活の中を通しての話で勉強になりました。当たり前の事がなかなかできなく勉強することばかりです。福祉とは、「安心、安全」を忘れないようにしてボランティアの輪を広げていきたいと思っています。午後からは色々な体を使ってのレクリエーションで今後は、地域でも活かしていきたいと思っています。
- ボランティア活動の本質というかあるべき姿を良く理解できた。今後の地域の活動の中で生かしていきたいと思っています。午後からのレクリエーション講座は皆さんと楽しかったです。今後は、介護予防、認知症予防などに役立てていきたいと思っています。
- 皆さんと知り会え、又、楽しく講座をうけさせていただいて良かったです。日頃身体を動かすことが少なく身体が軽くなりました。知らない方々と接する事ができて南阿蘇のすばらしさを体感できました。社協の仕事など知らなかったので少しでも理解することができました。

去る、2月23日(月)久木野総合福祉センターにおいて「第9回ボランティア養成講座」が開催され35名の方が参加されました。午前の部は、元熊本大学大学院教授の碓川眞旬先生より「安心」「ミニミニ福祉の心とボランティアシン」を題して講話「安心」とは「福祉」のことを意味し、家庭や職場、地域の中でも相手のいい所を見つめる事が大切である。また、身体の健康づくりは「笑い」が原動力となり「笑い」が「生きがい」を生み出し、住民主体のボランティアの活動へと繋がるといった内容でした。

午後からは「くぎのTRYマネージャー」の島田正博先生より、ふれあいサロン事業でも活用できる楽しいレクリエーションの実技指導がありました。レク活動をする前の身体ほぐし方や相手とうまくコミュニケーションをとる実技があり、今後は、各地域で取り組んでいる「やまびこ」サロン事業の活動へつなげていけたらと思います。

心の健康は「笑顔」からはじまる



くぎのTRYマネージャー
島田 正博 先生



実技指導の様子

知っておきたい 子どもの看病のしかた!

★発熱のときのポイント

正しい体温の計り方

- わきの下の汗を拭き、わきのくぼみの中央に、先端の部分が納まるように入れます。
- 体温計の種類によって、測定時間・場所が異なるので、確認します。



★熱があるときの食事

- 熱が出ると水分が奪われやすくなり、こどもの場合は特にからだの水分が不足しやすくなります。湯ざまし、麦茶、果汁、こども用のイオン飲料などを頻りに与えましょう。また、食欲がなくなるので、ヨーグルト、アイスクリームなどさっぱりした食べやすい食事を与えましょう。



★冷やすとき

- 氷枕などを使ったからといって、急に熱は下がりませんが…
- 気持ちがよさそうであれば、氷枕など使ってよいが、いやがったら使用を止めます。
- 肩を冷やさないようにします。
- 39℃以上の高熱があり、熱を下げることを目的とする場合は、首のつけ根、わきの下、足のつけ根を冷やします。
- むるま湯でしぼったタオルで、からだを拭きます。
- 急に熱が下がることがあるので、冷やしすぎないように注意しましょう。

冷静に、よく観察を!

私の生きがい



第8駐在区
古川 ツヤさん
大正9年7月21日生まれ(94歳)

インタビュー

◎楽しみは何ですか？
週に3回デイサービスに行き皆さんとお話したりする事です。書くことが大好きで創作活動も楽しみにしています。玄関先まで送迎して頂きとても有難いですね。
◎元気の秘訣は何ですか？
何にでも挑戦する意欲を持つことです。新聞などで分からない漢字は家族に聞いてノートに書き写します。
☆南阿蘇に来て7年ぐらいいいなりますが食べ物も美味しく皆さんといっしょにホント感謝しています。いつもニコニコ笑顔のかわいなおばあちゃんでした。

平成27年度

法律相談のご案内

村民の方を対象に
弁護士による
無料法律相談を
実施します。

悩まずに
相談を...



- *借金のことや貸したお金のこと
- *離婚や家族のこと
- *相続や遺言のこと
- *土地の境界線や売買
- *交通事故
- *刑事事件 等

日常生活上の法律問題でお困りの方は、
ご相談ください。
(車のない方については送迎致します。)

27年度も弁護士による無料法律相談を10回計画しておりますので、お気軽にご相談ください。
27年度の法律相談日程は下記のとおりです。

平成27年度 法律相談日程表

日 時	場 所
平成27年 4月23日(木) 午前10時～正午	久木野総合福祉センター
平成27年 5月28日(木) 午前10時～正午	白水高齢者交流センター
平成27年 6月25日(木) 午前10時～正午	長陽保健センター
平成27年 7月23日(木) 午前10時～正午	久木野総合福祉センター
平成27年 9月24日(木) 午前10時～正午	白水高齢者交流センター
平成27年 10月22日(木) 午前10時～正午	長陽保健センター
平成27年 11月26日(木) 午前10時～正午	久木野総合福祉センター
平成28年 1月28日(木) 午前10時～正午	白水高齢者交流センター
平成28年 2月25日(木) 午前10時～正午	長陽保健センター
平成28年 3月24日(木) 午前10時～正午	久木野総合福祉センター

予約が必要です。相談を希望される方は下記までご連絡ください。

お問い合わせ先 南阿蘇村社会福祉協議会 ☎67-0294



とまりがけサービス事業

“皆さんと会えるのが楽しみ”



久木野総合福祉センターで隔月1回行われている75歳以上の一人暮らしの方を対象とした「とまりがけサービス事業」。「久しぶりね～」「元気だったね～」「今度は来て良かったね」とすっかり参加される皆さんは顔見知りになっており、2ヶ月が来るのを楽しみに待ってられます。
この日は、夕食をはさんだ後、「おひなさま飾り」を作りました。折り紙の色や柄の組み合わせを考えたりして、愛らしく出来上がっていく「男びな」と「女びな」に目を細められ、世間話もはずませながら、楽しいひとときを過ごされました。

ぜひ皆さんも一緒に参加してみませんか？
参加者募集！

お問い合わせ先
南阿蘇村社会福祉協議会 ☎67-0294

南阿蘇村ボランティア連絡協議会

会員募集



いつでも、どこでも、だれでもボランティア！

南阿蘇村ボランティア連絡協議会では、村内で、ボランティア活動をされている個人・団体の皆さんが、それぞれの活動分野から一歩前進し、連携・協力しながら笑顔で楽しくボランティア活動に参加できる村づくりを目指しています。
随時、ボランティアに関する相談や入会募集を受付けていますので、是非この機会にボランティア活動に参加してみませんか？

お問い合わせ先 南阿蘇村ボランティアセンター ☎67-0294

会員募集

あなたの豊かな知識や経験を
社会のために、活かしてみませんか？
シルバー人材センター

入会資格
●南阿蘇村に在住されている方
●おおむね60歳以上の健康で、働く意欲のある方
●センターの目的に賛同していただいた方
入会金・年会費 各1,000円



どんなお仕事でも、お気軽にご相談ください。

お問い合わせ先

南阿蘇村シルバー人材センター
南阿蘇村久石2705 久木野総合福祉センター内
TEL 67-0294
FAX:67-2317

家庭における認知症介護のポイント



ポイント
4

認知症介護の基本

基本的な生活行為に対するアドバイス



認知症は、身近な病気です。家族みんなで地域ぐるみで支えていけるよう、認知症についてシリーズでお届けしています。

入浴 症状の一例です。

●入浴を嫌がる。



日頃入浴している方が入浴を拒否した場合、体調が悪い場合がありますので、本人の体調を確認してみましょう。

NG 好ましくない介護例
「どうしてお風呂に入らないの?」と問いただす。

●入浴しても体を洗わない。



体を洗ってあげる場合は、優しく言葉をかけ、プライドを傷つけないように気をつけましょう。

NG 好ましくない介護例
「汚い。」「臭い。」と非難する。

●衣服の着脱ができない。



洋服のファスナーやボタンなどをマジックテープに交換することや、前後の区別がつくように印をつけたり、着る順番に服を準備するなどの工夫をすることで、自分で着やすくなります。

お問い合わせ先
南阿蘇村社会福祉協議会
TEL 67-0294

症状によっては自宅での入浴が難しい場合があります。無理をせずにデイサービスでの入浴サービスを利用しましょう。

排泄 症状の一例です。

●トイレとは違う場所で用を足す。



トイレの表示を大きくしたり、夜間に明かりをつけたりしてわかりやすくしましょう。

●頻繁にトイレに行く。



トイレに行ったことを伝えるか、制止しないでトイレに行かせましょう。

●尿意や便意がわからない。



ワンポイントアドバイス

家の中であっても、急に居場所がわからなくなったり、少しの段差につまづくこともあります。トイレの場所に目印をつけたり、段差をなくしたりするなどの配慮が必要となります。

食事の後など、定期的にトイレに行くように誘ってみましょう。

食事 症状の一例です。

●食事が済んですぐに、「食べていない。」と言う。



「次の食事は何時です。」とか「今、準備をしていますから、待っていて下さい。」と説明し、納得してもらいましょう。

NG 好ましくない介護例
「さっき、食べたでしょう!」「まだです!」と怒る。

●食べ物と食べ物以外の区別がつかない。



食べ物の区別がつかない方には、食卓に、食べ物以外は置かないようにしましょう。

NG 好ましくない介護例
「そんなの食べないで!」と叱る。

●食べ方がわからなくなる。(箸が使えない)



食べる仕草をしながら、その都度説明したり、食材に合わせてスプーンの利用を勧めましょう。

NG 好ましくない介護例
「箸もつかえなくなったの?」と馬鹿にする。

ワンポイントアドバイス

認知症の方は、認知機能等が低下しているため、環境の変化に対応することが難しい場合があります。利用しやすいようにと模様替えなどをしてもかえって暮らしにくいと感じる事もあります。生活環境を変えることで、症状が改善したり、悪化したりすることがありますので、本人の状態等を十分考慮しましょう。

熊本県認知症コールセンター
さーここ いいなここ
熊本市中央区上通町3-15 ステラ上通ビル3階 ☎096-355-1755
E-mail nintisho@oasis.osn.ne.jp

シリーズ 人と人をつなぐ “やまびこネットワーク”

立ちあげや連絡会など
お気軽にご相談ください。

一関二区の活動状況



一関二区
田上 健祐 区長

サロンで住民同志の親睦を深める

少子高齢化が加速する今日、私達一関二区でも住民同志による声かけ、支え合い、助け合いを目的とした「やまびこネットワーク活動」に取り組んでいます。

区の委員、民生委員、老人会役員などの協力を得ながら、高齢者、障害者等子どもから大人まで誰でも参加出来る軽スポーツ(ペタンク・輪投げ)等を行っています。

やまびこネットワーク活動に参加することの喜びや終わった後のお茶飲み会も皆さんの楽しみの一つでもあります。又、サロンに参加することで、お互いの元気や健康状態を確認し合い、住民同士の親睦も深めることが出来ています。

今後も、益々高齢化が進む中、各役員はもとより住民の皆さんのご協力を得ながら、いつまでも一関二区で安心して暮らしていける明るい地域作りに取り組んでいきたいと思えます。



この広報紙は共同募金配分金で作成しています。



輪投げの様子

ふれあいサロンの様子



ペタンクの様子



お茶会の様子

住民同士の
親睦を深める
地域作りを。

あともがき



南阿蘇西小学校から
お花をいただきました。

南阿蘇村の雄大な景色に桜が色を添える季節となりました。

「一心行の大桜」や牧野の中に存在感を放つ「観音桜」、河津桜・ソメイヨシノ等が咲く「アスペクタ」と人気スポットがたくさんありますね。期間中は、村内外からたくさんの方々「桜まつり」を楽しみに南阿蘇に足を運ばれ賑やかになる事でしょう。

さて、いよいよ新年度のスタートです!この4月から介護保険制度も大きく変わります。援護が必要な人を家族で支える力が弱まっている中、いつまでも住み慣れた南阿蘇で安心して暮らし続ける為に、地域における見守りの体制づくりが益々重要となってきました。今後も社協が取り組む「福祉サービス」や「やまびこネットワーク事業」を更に充実させ、地域の皆さんと共に推進して参りたいと思えます。

みんなみんなの みなみちゃん

