ふくし：わたらい

社　協　情　報

7月号
ふれあいネットワーク
度会町社会福祉協議会
http://www.watarai-syakyo.com/
H21・7・2発行　TEL 62−1117

日頃の介護の疲れを解消！ ～介護者リフレッシュ～

６月１５日に、度会町老人介護者の会１１人が参加し、浜島町の『海ほうずき』へリフレッシュにでかけました。

今回は、ひもの作りを体験しました。今の旬は、あじとトビウオで、「トビウオのひものはめずらしいね。」とみなさんはりきって作りました。

「久しぶりに魚をさばいたので、ぐちゃぐちゃになるわ～。」「家族にはできのいいのを食べてもらうわ。私は失敗した方にする。」「初めてにしては上出来！」「家でも簡単にできそう。」とそれぞれの思いを話しながら、楽しい体験となりました。

お昼は海の近くということで魚料理に舌鼓をうち、大満足の介護者リフレッシュとなりました。

海ほうずきの方の説明を熱心に聞く

魚をひらいて
きれいにした
ものに塩をぬる

≪ひものの作り方≫

①魚をさばく。
②内臓とえらをとる。このとき内臓の黒くなったところを歯ブラシでこする。
③水洗いする。
④塩を塗り10分待つ。
⑤水で塩を流し干す。
※簡単に作れますので、ご自宅でも挑戦してください。

≪魚屋さんの豆知識！≫
魚をさばいた後の手についたいやな臭いは、
歯磨き粉で洗うとすっきりとれます。

日赤募金にご理解とご協力ありがとうございました

５月１日から１ヶ月間『赤十字社員増強運動』が展開されましたが、皆様のご理解とご協力をいただき、右記の実績となりました。

この募金は、６月１７日に日本赤十字社三重県支部へ全額送金しました。

この募金は、世界各地で頻発する紛争や戦争での犠牲者や難民への支援や、国内での大規模災害の発生に備えて救護資機材の充実・強化を図ると共に、救護要員の訓練・救護ボランティアの育成に努め、効果的で迅速な救護活動ができる体制の確立に努めていくためなど、幅広く使われます。

地　区	実績額（円）
中　川	187,700
内城田	608,900
小川郷	119,000
一之瀬	144,220
その他	1,619
合　計	1,061,439

話しがはずむ交流会 ～地区別会食交流会～

６月２２日中川・２４日一之瀬・２９日小川郷と地区別で、一人暮らしの高齢者と高齢者のみの世帯の方を対象に『会食交流会』を行いました。

朝早くからボランティアグループ『つくしの会』の方々が、腕を振るいおいしい食事を作ってくれました。みんなで食べる食事は、一段とおいしく、普段の一人や二人での食事とは違いました。おしゃべりにも花が咲き、いい雰囲気でおいしくいただきました。

お昼からは、おなかがいっぱいとなったところで、レクリエーションなどで楽しみました。中川地区では、つくしの会のみなさんが『おさるのかごや』を披露し、みなさんの目を楽しませてくれました。

また、民生委員がレクリエーション研修で考えたものなどもし、笑顔のたえない和やかなひとときとなりました。最後には、くじびきをし、みなさんに賞品があたりました。その賞品には、障がい者デイサービス利用者手作りの陶器やかばん、ポーチなどもあり、みなさん喜んでいました。

この会食交流会は、各地区年２回開催で、冬にも実施します。お楽しみに…

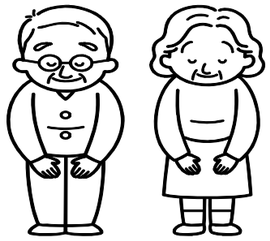
会食会のメニュー
☆簡単ちらし寿司
☆吸い物
☆鶏のチーズフライ
☆レタスと春雨のサラダ
☆コーヒーゼリー

※内城田地区は、７月３日に開催します。

小川郷地区会食交流会
おいしくいただきました！

衣装も道具もバッチリ！
おさるのかごや

7月は社協会費にご理解とご協力をお願いします。



※各戸へ配布される
『社協をご支援ください！』
をご覧ください。

みんなで楽しむ！！

～民生委員レクリエーションを考える～

６月１７日、民生委員の定例会があり、レクリエーション研修を行いました。
昨年のレクリエーション研修は、社協職員に教わりましたが、今年は、『高齢者のレクリエーションを考える』をテーマに、グループに分かれて検討し、実践しました。
高齢者に対してレクリエーションをする立場で、みんなに楽しんでもらえることを各グループで社協にある道具や、レクリエーションの本を活用したり、熱心に意見を出しあいながら考えました。

考えたレクリエーションを発表し、他のみなさんは高齢者になって参加

グループで何をするか検討中

その後、５グループがそれぞれ考えたレクリエーションを発表し、みんなで楽しみました。地域でミニサロンをしている方で、簡単んに作れて楽しめる道具を持ってきてくれた方もおり、みんなが『これいいね！』と好評でした。
近々、一人暮らし高齢者と老夫婦のみの世帯の方を対象に、地区別会食交流会があるので、この機会にレクリエーションをしてみることにしました。
みんなで考えると、ちょっと違った発想が生まれ、一段と楽しめるレクリエーションができることを学んだ研修となりました。

緊急時の対応を学ぶ

人形を使って、心肺蘇生を実施

６月２６日、職員研修を行いました。日本赤十字社三重県支部より講師を招き、『心肺蘇生法とＡＥＤ（自動対外式除細動器）』の研修を行いました。
ＡＥＤとは、心肺停止状態の方に、電気ショックをあたえ、正常な状態に戻すものです。平成１８年にこの地域福祉センターにも、ＡＥＤを設置し、緊急時の対応に備えています。
平成１６年７月からＡＥＤを一般市民でも使用できるようになり、平成１９年度の全国統計によると、一般市民がＡＥＤを使用したのが２８７件でした。救急隊員が到着するまでの間、助からなかった命が、このＡＥＤが各地に設置されたことで、たくさんの命が助かっているのが現状です。
社協では、高齢者や障がい者の介護をしているので、緊急時に職員の誰もが対応できるように、また、職員間の連携がとれるように、この研修に取り組みました。
平成１８年度にも、この研修を行いましたが、心肺蘇生法は、以前と仕方が変わっているところもあり、再確認できる研修となりました。人形を使っての人工呼吸は、息がちゃんと入ると肺が膨らみますが、口を大きくあけていないと、息が口の横からもれいていて、肺まで届いていない難しさもありました。人口呼吸の次にする、胸骨圧迫３０回は、力の加減が難しく、そんなに力を入れたら、骨が折れてるんじゃない！？といったところもあり、大人の場合は、４～５㎝押し下げるのがいいそうです。
いつどこで何があるか分かりませんが、心肺蘇生法やＡＥＤの知識や技術を習得できたいい研修となりました。

１人がＡＥＤを準備し、
１人は心肺蘇生を続ける

8月行事予定

チャボラ＝チャレンジ！チャイルド　ボランティアで、小学生の夏休みを利用して、『ボランティアはどんなことかな？』『自分たちにもできることはあるのかな？』など、みんなで考えながら体験できる、子どもボランティア教室（全5回開催）です。

３日 町老人クラブ連合会本部役員会
４日 食事サービス
　　夏まつり（老人・障がいﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽ）
５日 夏まつり（老人ﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽ）
６日 夏まつり（老人ﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽ）
７日 食事サービス
　　体験教室（度会小６Ａ）
１１日 食事サービス
　　体験教室（度会中）
１７日 障がいﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽおやつ作り
１８日 食事サービス
１９日 民生委員定例会

２０日 チャボラ（子どもﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ教室）
　　夏まつり（れんげ草ﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽ）
２１日 食事サービス
　　夏まつり（れんげ草ﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽ）
２４日 チャボラ（子どもﾎﾞﾗﾝﾃｨｱ教室）
２５日 食事サービス
　　障がいﾃﾞｲｻｰﾋﾞｽビデオ鑑賞
２８日 食事サービス