

三箇校区福祉だより

三箇校区福祉委員会 No.94

しあわせ
福祉広げて



共に学び共に生きる

令和5年2月(2023年) [編集・発行] 三箇校区福祉委員会

〒574-0077 大東市三箇4丁目1番5号 (電話) 072-873-8878

《開催予定日》

2月 1日(水)

2月 8日(水)

2月 15日(水)

2月 22日(水)

元気でまっせ体操

- ◆ [三箇自治会館]
午前10時～11時 (マット不要)
- ◆ [三箇二丁目公民館]
午前10時～正午
- ◆ [新和町自治会館]
午後1時～2時30分
(※ 都合で中止になる場合があります。)



戦争実体験者使命感に燃えて

東京都練馬区に住む西本安子さん(主婦 92歳)の話を紹介させていただきます。

『ウクライナで戦火が続いています。一家離散の状態になるなど幸せだった人々の生活が一変して、嘆き悲しむ様子を見ると、即時停戦、即時撤退を心底叫ばずにはいられません。私自身の実体験です。戦争末期の1945年(昭和20年)京阪神急行電鉄の車掌として働いていました。昼夜を問わず空襲警報サイレンが鳴り響くその日は、真夏の太陽がキラキラ輝いていました。梅田駅を発車走行中、警報が鳴り響き電車が直ちに停車、乗客とともに線路わきにある防空壕に避難。すし詰め状態の防空壕の入り口で体を丸めました。その頭の上に耳をつんぎる機銃掃射音が……。『お母さん! 死ぬよ!』と叫んだ悪夢の一瞬でした。敵機が飛び去っていった瞬間、『ああ、助かったんだ』と我に返り、後のことは記憶にありません。今、戦火の中にある若者たちも、『お母さん!』と叫びたい気持ちでいっぱいでしょう。私も残された年月で世界平和を祈っていきます。』

私、近藤はこの年5歳で、長崎県五島列島の山奥までジープでアメリカ兵が来るとは思わなかった。思わず五右衛門風呂の中に隠れました。ロシアも怖い戦争を早く停戦させ、終結させるよう祈ります。

新和町自治会 近藤 重人

第8派コロナ感染が拡大しています。特に高齢者の亡くなられる方が過去最大となっています。不要不急の外出を控え、人との距離をとり、マスク着用、手洗いの励行をして感染しないようご注意ください。



1月10日
始業式および
よう運動



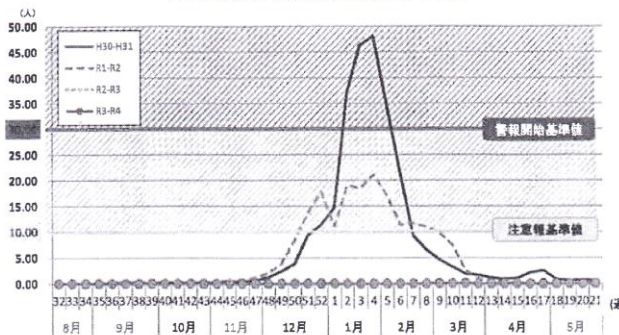
冬期に流行する インフルエンザ

インフルエンザは、11月から3月にかけて流行します。

インフルエンザにかかっている人のくしゃみや咳で出るしぶきを吸い込むことによる「飛沫感染」や、しぶき等がついたドアノブやつり革などを手で触り、その手で口や鼻に触れることによる「接触感染」によって感染します。その感染力は非常に強く、大阪府では、令和元年に約77万人の方がインフルエンザにかかっています。感染すると38度以上の急な高熱を発症し、頭痛や関節痛、筋肉痛などの症状が出ます。特に高齢者や心臓や腎臓に持病をお持ちの方は、重症化しやすいと言われています。

インフルエンザの流行状況

(大阪府における定点あたりの患者報告数[※]の推移)



大阪府インフルエンザ対策
マスコットキャラクター
マウテくん



※「定点あたりの患者報告数」とは、1つの定点医療機関で、

1週間の間にインフルエンザ患者と診断され報告があった数のこと。

定点医療機関とは、人口及び医療機関の分布等を勘案して無作為に選定した医療機関のこと。

※最新の流行状況については、大阪府感染症情報センターのホームページでご確認ください。

日頃からの予防対策をしておくことが重要です。

インフルエンザに感染しないために

- こまめに手洗いを行う
- 日頃から体の抵抗力を高めておく
- 咳、くしゃみがあるときは、「咳エチケット」を心がける
- 流行時には、高齢者や基礎疾患のある方、妊婦、体調の悪い方は、人混みへの外出を控える



予防接種も有効な対策

- インフルエンザワクチンは、感染後に発症する可能性を低くさせる効果[※]があります。特に高齢者や心臓や腎臓に持病をお持ちの方は、重症化を防ぐのに有効です。
※効果には個人差があり、副反応がでることもありますので、予防接種の際には医師にご相談ください。
- 高齢者(原則65歳以上)は、定期的予防接種の対象者として予防接種を受けることができます。詳しくは、お住まいの市町村にお問合せください。

防 犯 速 報

四 條 畷 警 察 署
072-875-1234



特殊詐欺に注意



このような電話は詐欺です！

ATMでお金は返ってきません！

医療費の還付金があります。
本日中であればATMでお金が返ってきます。
すぐにATMに行ってください。

あなたのキャッシュカードが悪用されています。
今からキャッシュカードを警察官が預かりに行きます。
その際に暗証番号も教えて下さい。



詐欺の被害にあわないためには

- 知らない番号からの電話には出ない。
- 電話でお金の話はしない。
- 電話を切り、家族や警察に相談する。
- 暗証番号は教えない、キャッシュカードは渡さない。



こんにちは

北部包括です



年が明けたと思ったらもう2月です。毎年のことながらあつという間に日が経ってしまい「何をしてたんやろ」と同じ時期に同じことを思い、成長していない自分に嫌気がさします。しかし一方で変わらない日々を送れていることを「良しとしよう」そう思う自分もあります。年齢と共に考え方に融通が利くようになってきたと前向きに捉えるようにしています。

さて2月と言えば節分ですが、もう一つ初午があります。初午はその年の最初の午の日で、旧暦なので2月にあり毎年日にちが変わります。私が初午を知ったのは、かなり大人になってからでした。皆さんは初午のお参りに行かれますか。初午は和同4年(711年)に京都の伏見稻荷大社に祀られている宇迦之御魂(うかのみたま)が、初午の日に伊奈利山(いなりやま・京都市東山連峰)に降臨された日とされ、初午祭が催されるようになりました。ご利益としては、豊作や商売繁盛、開運、病気治癒など幅広くあるようです。こういう行事にはその時に食べる特別な食べ物があります。初午はお稲荷さんの総本山ですので好物の油揚げをお供えします。このことから油揚げを使った料理を「稲荷」と呼ぶようになり、油揚げの中に酢飯を詰めたものを「稲荷寿司」といい、初午の日に食べるようになったそうです。宇迦之御魂が農業の神様なので、お供えする稲荷寿司は米俵の形になったのではないとも言われていますが、東日本では俵型、西日本では三角型が主流です。西日本の三角型は狐の耳に見立てたものだそうです。呼び方も東日本では「稲荷寿司」、西日本では「おいなりさん」と呼ぶ傾向が強いようです。「おいなりさん」がしっくりきますね。

今年の初午は2月5日です。初午に食べる稲荷寿司を「初午いなり」と言うそうです。このことを知ってから子供のころ給料日前になったら毎月必ず食卓に出てきた「おいなりさん」のイメージが縁起の良い食べ物に変わりました。皆さんも開運を願って「おいなりさん」いかがでしょうか。

(寄稿 大東市地域包括支援センター作業療法士 藤田紀子)

大東市北部地域包括支援センター	072-800-3766
大東市基幹型地域包括支援センター	072-800-5374



ノロウイルスにご注意!!

ノロウイルス感染症とは?

牡蠣、しじみやあさりなどの2枚貝に含まれるウイルスが主な原因。幅広い年齢層に急性胃腸炎を引き起こす感染症です。11月頃から流行がはじまり12~2月にピークを迎えます。

どんな症状?

激しい嘔吐・発熱・腹痛・下痢が起こります。胃をひっくり返すような嘔吐もしくは吐き気が突然、強烈に起きるのが特徴です。発熱は約37~38℃の軽度で、大人では吐き気や腹部膨満感といった症状が強いようです。発症後、通常であれば1~2日程度で症状は治まります。下痢は水様性で、重症例では1日に十数回も見られますが、通常は2~3回で治まります。その他の症状としては発熱のほか、筋肉痛、頭痛などが見られますが、いずれも軽症です。症状が治まれば、登校・出勤しても問題ありません。

かかってしまった時の対処法

「脱水症状」になりやすいので、症状が少し落ち着いた時に少しずつ水分補給を行ってください。下痢症状がひどいからと言って強い下痢止めを服用すると、ウイルスが腸管内に溜まり、回復を遅らせることがあります。嘔吐物で、「窒息」を起こすことがあります。

ヒト→ヒト感染に要注意!

ノロウイルスの感染は「食品」からだけではありません。感染者の便や嘔吐物中には大量のウイルスが存在するので、トイレでの排便時、汚物の処理時に「手」が汚染されます。その手を介して、水道の蛇口、洗い場などがノロウイルスに汚染され、さらにそこから他の人へ汚染が広がります。牡蠣フライや鍋の牡蠣には十分な加熱を!!



安心いきいきネット相談支援センター慶生会 住道
松谷彰大 ☎ 072-806-2880