

三箇校区福祉だより

三箇校区福祉委員会 No.63

しあわせ
福祉広げて



共に学び共に生きる

令和2年7月(2020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

元気出まっせ体操再開



元気でまっせ体操が6月3日から再開されました。皆さん首を長くして待っておられたようで当日は32名参加されました。三箇自治会館で行われた会場は、三密を防ぐため2メートルの間隔をとるよう椅子が並べられ、高齢者交流センターの2・3階を使用しています。

また、口やマットを使つての体操はコロナウイルス感染予防のため行われていません。体を動かし、免疫力を高め、コロナを弾き飛ばしましょう。

元気でまっせ体操

《開催予定日》

7月1日(水)
7月8日(水)
7月15日(水)
7月22日(水)
7月29日(水)

- ◆ [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。)



新型コロナウイルス、緊急事態宣言・都道府県をまたいでの移動が解除されました。テレビを観ていると、まるでコロナがなくなったかのように勘違いをしているのではないかと思います。今までの溜まっていたストレスをこの時とばかりに発散しているように見えてしまいます。東京では感染者が50名以下ですが、毎日出ています。夜の街での感染が多いとかいうことですが、もう少し自重できないものでしょうか。飲兵衛でない者にはわからない世界なのかもしれません。

当初、季節性は無いかのような発表でしたが、暑い今は収束気味であるように見えます。(東京を除いては) 秋、冬に第2波、第3波がやってくるとの専門家の意見です。しかしどう見てもタガが緩みつつあるように見えます。少々熱があっても外に出たいばかりに我慢して出てしまう人。結果、当人が陽性と判定され、接触した人も感染したと先日報道されていました。うつし・うつされが続いているということです。ウイルスはなくなっておらず、数は少なくなってもちゃんと生きのびて人から人に移っていつ爆発するかわからない状態にあり、注意が必要です。不要不急の外出は控え、三密を徹底して守り、手洗いも外出後は必ず励行しましょう。烏の行水ではなく、念入りに!!!!

夏のマスク着用は、熱中症に注意してください。人のいないところや、離れているときは外しましょう。周りの状況を見て臨機応変に対応してください。



間もなく本格的な夏の到来です。みなさま、いかがお過ごしでしょうか。夏バテで食欲がなくなり、体調も崩しがちなこの季節。病院にかかることも多いかと思いますが7月12日は人間ドックの日です。人間ドックは、予防医学の観点から、自覚症状の有無に関係なく定期的に病院・診療所に赴き、身体各部位の精密検査を受けて、普段気がつきにくい疾患や臓器の異常や健康度などをチェックする健康診断の一種です。人間ドックと健康診断の違いは

人間ドック

検診

結果説明 医師による当日の説明がある
 結果に基づく保健指導がある
 受診後精密検査の受診勧奨等
 学会が定める検査を実施
 (多くの検査項目がある)

結果表だけの送付が多い保健指導
 保健指導がない場合が多い
 受診後のフォローがない場合が多い検査項目
 よくある病気を大まかにチェック

人間ドッグは生活様式に合わせた生活改善や治療のアドバイスを受けることができます。健康への意識が向いているうちに受診者に働きかけることにより、生活習慣改善への第一歩につながります。企業によっては一定額の補助を出しているところもあります。みなさまも近い家族に一度勧めてみてはいかがでしょうか。

(寄稿 大東市北部地域包括支援センター 社会福祉士 成林宏晃)

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



「社会福祉協議会の緊急小口資金について」

対象：コロナウイルス感染症の影響を受け、休業などにより収入の減少があり、緊急かつ一般的な生計維持のための貸付を必要とする世帯。(減収または失業した方が申込者となります。)

- ★ 貸付金額：20万円以内(特別な場合)、その他の場合：10万円以内
- ※詳細は申込み時に確認して下さい※
- ★ 利子：無利子 据置期間：1年以内 償還期間：2年(24回払い)以内 連帯保証人：不要
- ★ 申し込み先：お住まいの市区町村社会福祉協議会

・・・コロナウイルスの影響なのか、今回のことがきっかけになったのか、明日が見えない人が増えてきているように感じます。自ら相談に行く人・怒りを周囲にぶつける人・相談することさえあきらめている人・・・。

自分のことも、人のことも大切に考える。改めてそのことの大切さ・難しさを感じる日々です・・・

※毎日の生活の中で何かお困りごと・不安なことがあればご相談下さいね※

<p>安心・いきいきネット相談支援センター慶生会 住道 CSW※齊藤めぐみ※ ☎072-806-2880</p>
