

三箇校区福祉だより

三箇校区福祉委員会No.52

令和元年8月(2019年) [編集・発行] 三箇校区福祉委員会

しあわせ
福祉広げて



共に学び共に生きる

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

ふれあいサロン予定

《日時》8月22日(木) 11時から

《場所》三箇自治会館(三箇4丁目1-5)

《出演》8月はかくし芸大会です。



お待ちしております!

❖車いすを利用されている方など、介護タクシーが必要な場合は、当委員会で手配しますので、下記の連絡先又は担当の民生委員に連絡してください。

[連絡先] 873-8878 (三箇自治会館) 三箇校区福祉委員会事務局

❖あんまちメールだより

★7月に入り、市役所職員や銀行員を騙り、「医療費の払い戻しがあります。」「ATMで手続きしてください。」などと言ってATMへ誘い出し、被害者に携帯電話で指示して犯人の口座にお金を振り込ませる還付金等詐欺が多発しています。被害者は主に高齢者です。家族やご近所の身近な高齢者に注意を呼び掛けていただくようお願いします。「キャッシュカードを預かる」「暗証番号を教える」「あなたのキャッシュカードが使われている」と言われたら全部嘘です。だまされないで!

大阪府警察本部よりのメール

四條畷警察署電話：072-875-1234

❖三箇地区民生委員児童委員会だより

6月29日(土)10時より三箇小学校の多目的室で「いくカフェ」があり、アフリカの楽器「カリンバ」作りを行いました。まず、板に取り付ける弦の素材(竹かプラスチック)を自分で選んでもらいます。そして、長さの違う7本の弦をスタッフの方に教えていただきながら、板に1本ずつ釘と金づちを使って取り付けます。子どもたちは初めてとは思えないくらいの腕前で工具を上手に使い、色を塗ったり、絵をかいたりして個性豊かな「カリンバ」が出来上がりました。参加したみんなはそのできばえに満足して、聞いたことのない音色に目を輝かせてたのしていました。参加者は子ども23名、大人3名で大変盛り上がりしました。次回の「いくカフェ」もぜひご参加ください。 大江恵子



元気でまっせ体操

《開催日》

8月7日(水)

8月21日(水)

8月28日(水)

(14日は盆休みです。)

- ◆ [三箇自治会館] 午前10時～11時30分
 - ◆ [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。)



フォトニュース

◇令和元年度 第3回ふれあいサロン 「音楽療法」小西さん

6月27日 参加者：31名、スタッフ18名



たくさんの曲を楽しく
大きな声で歌って、体
が少し軽くなりました。



懐かしい曲がたくさん
ありました。しかし
2番3番になると知ら
ない歌詞が多くあり
ましたね!



❖ さわやか笑顔訪問

ヤクルトレディが乳酸菌飲料（1本）を無料で週2回手渡しにしてお届けすることで、一人暮らしの高齢者の安否を確認し、異変があれば、緊急連絡します。配達日は、毎週火曜日と金曜日です。

次の項目すべてに該当されている方が対象となります。

- ① 75歳以上、一人暮らし
- ② 介護施設、高齢者施設などへ入居していない
- ③ 介護保険のサービス（訪問・通所）を利用していない
- ④ 訪問型サービス、通所型サービスなどを利用していない
- ⑤ 大東市が実施している給食サービスを利用していない

（申し込み・問い合わせ）

大東市社会福祉協議会

新町13-13 総合福祉センター内

☎ 072-874-1082

申し込み期間：令和元年8月1日(木)から令和元年8月30日(金)まで

❖ 地域SOSカード登録推進訪問

今年も8月から10月にかけて、地域の民生委員と福祉委員が「SOSカード登録」の推進に対象者宅を訪問します。対象者は、平成30年5月2日から令和元年5月1日の時点において、・65歳以上の単身世帯の方 ・75歳以上のみで構成される世帯の方です。

地域SOSカードとは・・・

「地域SOSカード」は災害時や緊急時のいざというときに、意識がなかったり、言葉で伝えることができない場合も救急隊にあなたの名前や住所、健康状態などの大切な情報が的確に伝わるようにするものです。また、支援が必要な場合に関係機関が見守りに活用します。」

もしものときに…あなたのための「地域SOSカード」です。

問い合わせ先 大東市社会福祉協議会 072-874-1082
大東市保健医療部高齢介護室 072-870-0472

❖ 令和元年度第2回子育てサロン

6月26日(水)午前10時から子育てサロンが開催されました。今回は、「七夕かざり」を作りました。参加者は、幼児17名、保護者14名、スタッフ23名でした。



❖ ふこのフェスタ

スタッフ参加は32名

7月6日(土)午前11時30分より、大東市立深野中学校において「ふこのフェスタ」が開催されました。体育館では様々なイベントが行われ、1階西側教室では模擬店が出店しました。三箇校区福祉委員会も子ども会育成会と同じ場所で模擬店を出店しました。フランクフルト、かき氷は大人気でした。





夏本番がやってきました！8月と言えば花火大会です。有名な「なにわ淀川花火大会」は、今年は8月10日(土)に第31回大会として実施されます。みなさん日本で初めて花火を観た人をご存知ですか？⇒伊達政宗という説と徳川家康という説の2つがあります。さて、どちらが本当でしょうか(笑)。花火と聞いて思い浮かべるのは打ち上げ花火ですよね！そもそも花火は送り盆の時期に鎮魂のために打ち上げられたものといわれています。今年は梅雨が長引いています。8月は暑い夏！を期待したいものですね。猛暑となると「熱中症」も増加します。みなさん「自分は体力があるから大丈夫！」とっていませんか？熱中症は、体温調節が出来ず、体内の水分や塩分のバランスがうまく取れなくなって発症します。症状は、めまいや失神、筋肉痛、大量の発汗などなど。熱中症から脱水となる場合も少なくはありません。

○脱水の治療に使われる経口補水液を手軽に作れる方法をご紹介します！梅干し1粒でも有効なのです。それにハチミツを加えると食塩とブドウ糖を同時に摂取することができます。⇒ 作り方は水(500ML~1L)に梅干し1粒とハチミツ1杯を加えるだけ 暑い夏を元気に乗り切りましょう！！

(寄稿 大東市北部地域包括支援センター 社会福祉士 田中慎二)

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



心も体も柔らかく：④

「鼻呼吸の大切さ」

口で呼吸すると、冷たい空気が口の中に入り、口や喉が乾きます。口が渇くと、唾液の働きが不十分になります。免疫力の低下にもつながり病気の原因になることもあります。

鼻で呼吸をすると、鼻毛や粘膜などで空気中のごみやほこりなどの汚れを取り除き、きれいな空気を体に取り入れます。またウイルスや細菌などの有害な物質が体内に入るのを防いでくれます。

！口呼吸ではなく鼻呼吸をするようにしましょう！

☆お風呂の中などで1日10回から30回してみてください☆

口呼吸から鼻呼吸に変える体操



※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くださいね。※

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