

令和4年7月1日【第151号】

# ふじさき 社協だより

社会福祉法人  
藤崎町社会福祉協議会

〒038-1214  
藤崎町大字常盤字富田 70-1  
(常盤老人福祉センター内)  
☎65-2056 FAX69-5262  
HP:<http://www.fujisaki-shakyo.or.jp/>  
QRコードはこちら→



## 草刈り名人



シルバー会員の對馬さん(左)と常田さん(右)

# 活躍中!

藤崎町シルバー人材センターには春から秋にかけて、草刈りや草取りの依頼が多く寄せられています。

当センターでは、これまでの人生経験や能力を活かし、自分の生活スタイルに合わせて働くことができます。また、健康維持や地域貢献にも繋がります。

現在の会員数は14名(男性9名、女性5名)。年々会員数の減少が続いている状況です。興味がある方はぜひ、藤崎町社協(事務局)までお問合せ下さい。

### 【シルバー会員になるには】

- 藤崎町内に在住する原則60才以上で、健康で働く意欲のある方  
(※原則60才以上とは、当該年度内に60才になる方を指しています。)
  - シルバー人材センターの趣旨(目的)に賛同した方
  - 入会説明会を受けて、入会申込書と入会承諾書を提出した方
- ※入会された場合、年会費2,000円(保険料に充当)を納めて頂きます。



## いきいきふれあいサロン 日程

### ☆いきいきふれあいサロンの目的

町内の65歳以上の方を対象に、ふれあい交流を通して、仲間づくりの輪を広げ、介護予防の拠点として心身機能の向上を目的に行っています。

### ☆いきいきふれあいサロンの内容

- ・ 血圧測定と健康チェック
  - ・ 簡単な体操やゲーム、福祉のお話
- 【時間】午前10時より  
【参加費】100円

月日	地区	場所
7月13日(水)	福館	福館公民館
7月14日(木)	藤越	藤越研修センター
7月20日(水)	福島	福島公民館
7月27日(水)	舟場・表町	老人憩の家
7月28日(木)	伝馬	伝馬集会所
8月24日(水)	富柳	富柳老人憩の家
8月26日(金)	新町	新町集会所

### 【送迎サービス】

会場までの送迎サービスを行っています。近くの民生委員さんにお話してください。



## 社協心配ごと相談所・こころの健康相談・法律相談 開催日程

日常生活の困りごとや病気、経済的な問題にも、社協相談員・司法書士・保健師が対応します。

◆社協心配ごと相談所 毎週水曜日 相談時間 9:00~12:00 ☆予約不要

月日	相談種別	相談員	場所
7月6日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎老人福祉センター
	こころの健康相談	司法書士、保健師、社協相談員	常盤老人福祉センター
7月13日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎・常盤老人福祉センター
7月20日(水)	こころの健康相談	司法書士、保健師、社協相談員	藤崎老人福祉センター
	一般相談	社協相談員	常盤老人福祉センター
7月27日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎・常盤老人福祉センター
8月3日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎老人福祉センター
	こころの健康相談	司法書士、保健師、社協相談員	常盤老人福祉センター
8月10日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎・常盤老人福祉センター
8月17日(水)	こころの健康相談	司法書士、保健師、社協相談員	藤崎老人福祉センター
	一般相談	社協相談員	常盤老人福祉センター
8月24日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎・常盤老人福祉センター
8月31日(水)	一般相談	社協相談員	藤崎・常盤老人福祉センター

◆広域法律相談所 相談時間10:00~12:30

☆要事前予約(1日5件まで)無料 ☆申込:藤崎町社協 TEL65-2056

月日	相談種別	相談員	場所
7月29日(金)	法律相談	弁護士	藤崎老人福祉センター
8月26日(金)	法律相談	弁護士	板柳町公民館

相談室



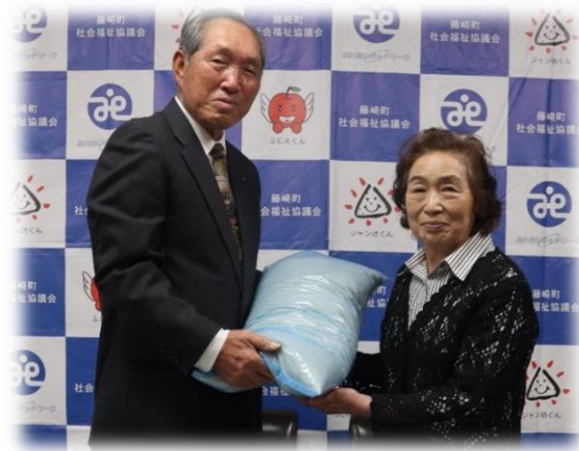
## 斎壇事業の廃止について（お知らせ）

当社協が昭和 48 年度より生活合理化運動の一環として始めさせていただいた斎壇事業について、ここ数年前から事業の利用者が大きく減少している状況や葬祭スタイルの変化等により事業収支の赤字が続いていることから、令和 4 年 9 月 30 日をもって廃止をすることになりました。

住民の皆様にはご不便をおかけすることとなりますが、これらの諸事情をご理解いただきたくお願いを申し上げます。



## 善意の寄付ありがとうございます



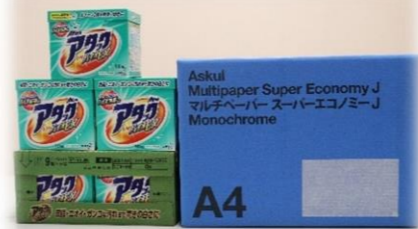
令和 4 年 6 月 13 日、對馬ヌイ様（福館）より、お米 30 kg とプルタブ 4 kg の寄贈がありました。

對馬さんからは、「お米は一人暮らし高齢者のふれあい昼食会に使ってほしい」とお話がありました。

プルタブは、車いす購入のための費用に当てさせていただきます。

令和 4 年 6 月 6 日、仲町歯科医院様から洗濯用洗剤約 70 箱、コピー用紙約 10 箱、文房具等の寄贈がありました。

今後の事業運営に活用させていただきます。



## 中南地域総合相談窓口からのお知らせ

一人で悩んでいませんか？

仕事がなかなか決まらない  
仕事が長続きしない  
家計が毎月赤字 どうしよう…。(家計が心配)

自立に向けた相談窓口のご案内

あなたの生活の **困りごと** や **心配**

高齢だけど働いて収入を得たい  
社会参加してなにかの役に立ちたい

うちの息子がずっと働かないで家にいる。将来どうしよう…。

「なにをどうすればいいかわからない」と立ち止まらずに一緒に進んでみませんか？どなたでもご相談ください。

中南地域総合相談窓口 (対象地域：西目屋村・藤崎町・大鷲町・田舎館村・板柳町)  
南津軽郡藤崎町西目屋1-3 藤崎老人福祉センター内 FAX 0172-88-6899 ☎0172-88-8637

フリーダイヤル (青森県社会福祉協議会) スマホからでも相談無料・通話料無料 0800-800-7114

## 今年の夏は暑い 熱中症対策を忘れずに

梅雨も始まり、暑い季節が近づいてきました。今回は熱中症対策について紹介します。※消防庁によると、令和 3 年 5 月から 9 月の全国における熱中症による救急搬送人員の累計は 47,877 人であり、その内 65 歳以上の高齢者の割合は 26,942 人 (56.3%) であったと報告されています。

「暑さに負けるな！～3つの熱中症対策～」

### ① 室内を涼しくする

・寝ている間に熱中症にかかってしまう場合があります。扇風機やエアコンを使い、適正温度を保ちましょう。

### ② こまめな水分補給や適度な塩分摂取を心がける

・汗をかいて脱水状態になると、熱中症を発症しやすくなります。また、塩分も同時に排出されるので、塩分が含まれた経口補水液や食品を、適度に摂取しましょう。

### ③ 日頃の体調管理に気をつける

・高齢者は体温調節機能が低下していることが多く、体調不良が重なるとさらに体温をうまく調節できなくなってしまうこともあります。体調不良時は、熱中症を発症する危険性が高くなるので、規則正しい生活習慣や食習慣を維持するなど、日頃から体調を整えることが大切です。

熱中症は自宅での発症が一番多いそうです。



## 福祉用具貸出事業

藤崎町在住の高齢者等で、常時在宅で介護を要する状態の者に対して日常生活用具を貸出することにより、その家族の経済的負担の軽減を図ることを目的に事業を展開しています。

**対象者**：当町に在住している高齢者等で、常時在宅で介護を要する状態の方(寝たきり、認知症、重度身障者〈児〉)。

**料金**：日常生活用具の貸出利用料は無料としておりますが、日常生活用具に係る消毒代は別途貸出時に徴収しております。

介護用ベッド：2,000 円 マットレス：1,200 円

車椅子：1,200 円

※お問い合わせは藤崎町社協までご連絡ください。

TEL：0172-65-2056



## 編集後記

小学 4 年生から野球を続け、ほかのスポーツはあまり経験がなく、何か新しいスポーツを始めようと決意した 2022 年。数か月間悩んだ結果、乗馬を始めようと思いました。

さっそく乗馬クラブにお問合せしたところ、なんと体重制限が……。目標体重まで 5 kg 痩せる必要がありました。

その様なことがあり、ただいま減量中です。温かく見守ってください。ビフォーアフターをお楽しみに！

