

社協 びらとり

発行・編集

平取町社会福祉協議会 〒055-0107 平取町本町88番地1 TEL:4-2267 FAX:3-7212
平取社協HP <http://www.birasha.com/>
メールアドレス birashakyo@gaea.ocn.ne.jp

新年明けまして おめでとうございます

本年も地域の皆様とともにぬくもりのある福祉の町を目指してまいりますのでよろしくお願いたします。



ボランティアを応援します



北のまちから あったかハート



ほっとちゃん

在宅生活の支援



健康維持を支援



びらっくる号

住み慣れた町での介護支援



※「社協びらとり」は、赤い羽根共同募金配分金の助成を受けて発行しています。

赤い羽根
共同募金



あなたの真心を大切にします

～ご寄付ありがとうございます～
(令和2年10月1日から12月31日まで受付分)



■一般寄付者

荷 菜 (有)スズランオート
代表取締役 井上 功 様
100万円
二 風 谷 船越 光次 様
10万円
本 町 (故)石森 充様
禮子様
5万円
本 町 平村 尚人 様
5万円
苫小牧市 關タナココンサルタント様
3万円
本 町 日下 寿子 様
1万円
荷 負 関口 政美 様
3,915円

■香典返し寄付者(100万円)

去 場 楠木 一史 様

■香典返し寄付者(50万円)

荷 菜 小林 史明 様

■香典返し寄付者(3万円)

本 町 佐久間恵一 様
小 平 佐藤 芳美 様
荷 負 中村 正子 様

■香典返し寄付者(2万円)

荷 菜 市橋 修 様
荷 菜 齊藤美智子 様
本 町 松村 トシ 様
貫 気 別 岡田 定子 様
紫雲古津 野口 和真 様
貫 気 別 丸岡 敏弘 様

■香典返し寄付者(1万円)

本 町 黒川 明 様
振 内 町 鈴木 正一 様
荷 負 松下 敏文 様
荷 負 川上 典子 様

■香典返し寄付者(5千円)

荷 負 川奈野竜二 様

■リングプル

荷 菜 平野 みの 様
荷 負 遠藤 壽則 様
本 町 三井物産7ビル株式会社様
振 内 町 後藤みゆき 様
二 風 谷 二風谷老人クラブ女性部様
豊 糠 畠中 絹子 様
本 町 芦澤 トミ 様
二 風 谷 山道 康子 様

本 町 平取婦人会 様
振 内 町 久保イミ子 様
本 町 日下 寿子 様
小 平 民宿喜楽家 様
川 向 福原 文子 様
本 町 平村 尚人 様

■タオル、布、ティッシュ

日 高 町 日高地区郵便局長
夫人会日高西部会様
本 町 平取婦人会 様

■使用済切手

本 町 三井物産7ビル株式会社様
本 町 日下 寿子 様
二 風 谷 二風谷老人クラブ女性部様

12月9日、北海道コカ・コーラボトリング(株)様から清涼飲料水360本が社会福祉協議会に寄贈されました。早速、町内の保育・児童施設、福祉施設にお届けいたしました。

平取婦人会 では会員が集めたシーツやタオル等を持ち寄って、一定のサイズに整えて町内福祉施設等で利用していただく活動を行っております。



12月9日、社会福祉協議会より町内福祉施設等へお届けしました。会員皆様のご厚志に厚く感謝申し上げます。

10月16日、小林史明様から社会福祉協議会に50万円の寄付がありました。ご厚意に泉澤敏裕会長から感謝状をお渡ししました。



■リングプル収集時のお願いについて■

リングプル以外の異物混入がないようご協力願います。
(混入物例)

- ・電池 ・釘 ・ビン缶詰蓋 ・輪ゴム ・硬貨
- ・缶詰のリングプル ※一部がスチールの為不可

缶詰のリングプル



ふれあい出張カフェ.....

ホームヘルパー推進会では、町内の交流サロンに向き、参加者のかたに「焙煎コーヒー」を楽しんでいただく活動を行っています。

10月28日、去場ヘルシーサロンで行われた100歳体操で身体を動かしたあとの休憩時間にふれあい出張カフェが行われ、コーヒーの香りを漂わせながら楽しい茶話会が和やかに進められました。



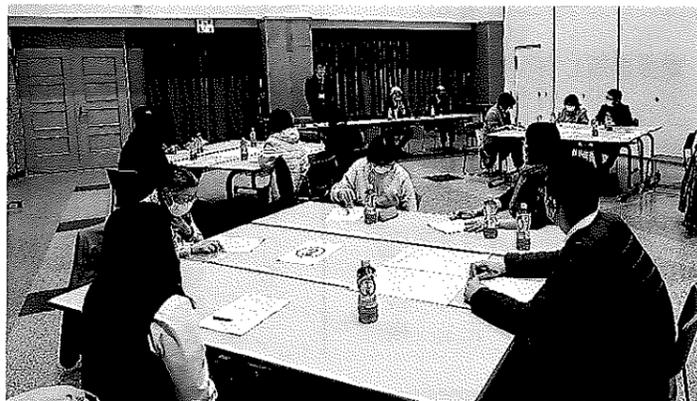
豆の挽き具合を確認し、お湯をゆっくり注いでいきます。

介護支援ボランティア事業意見交換会.....

11月26日、ふれあいセンターびらとりで介護支援ボランティア事業意見交換会が行われました。

感染症と向き合った新たな支援活動へ...

新型コロナウイルスの影響から、交流度の高い活動や、福祉施設等の支援活動は現在も休止され、これまで通りの活動ができない状況が続いています。今後、感染症と向き合った新たな活動を展開するため参加者の皆様からこれまでの思いなどを聞くことが出来ました。



「人とのつながりを大切にしたい...」

コロナ禍の生活でコミュニケーション不足による不安から感じたこととして「人とのつながりを大切にしたい」、「人とつながっていたことの安心感...」などのお話が聞かれました。自粛生活の中でも感染症対策をとり、新たなコミュニケーション手段の活用を検討しなければならないと感じました。



ボランティア同士の久々の再会で沢山の笑顔が...

参加者の中にはこれまでボランティア活動から遠ざかり交流が無いため、久々の再会に笑顔がうまれ会場が和やかになる一面もありました。ボランティア同士のつながりを改めて実感した時間となりました。



◆ 指定訪問介護事業所から ◆

1月に入り寒さもますます厳しくなってきましたね。寒い日はお風呂に入って体を温める方もいらっしゃると思いますが、ヘルパーの利用者から一人で入浴している最中に何かあったら心配だという話を良く聞きます。

ヒートショックに要注意!

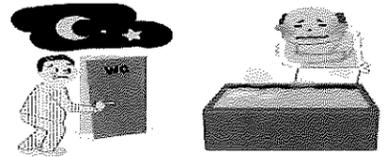
【ヒートショックとは?】

家の中の急激な温度差により血圧が大きく変動し、失神・心筋梗塞・脳梗塞など身体へ悪影響を及ぼすことです。入浴時やトイレでいきむ事で起こる可能性もあることから寒い時期は特に注意が必要です。

ヒートショックを

予防するためには?

- ・「次のことを心掛けましょう!」
- ・入浴前、入浴後に水分を補給する
- ・食後1時間以上空けてから入浴する
- ・入浴前に飲酒をしない
- ・暖房器具を活用し部屋を暖める
- ・部屋と部屋の間の温度差をなくする



次の病歴・持病がある方は特に注意して下さい。

- ・病歴 狭心症、脳出血、脳梗塞、心筋梗塞
- ・現病歴 不整脈、高血圧、糖尿病

◆ 指定居宅介護支援事業所から ◆

今回は、高齢者の口腔内の特徴についてのお話です。高齢になると、薬の副作用や加齢、食生活、環境の影響で唾液の量が減ってしまい、虫歯や粘膜疾患が増えやすくなります。

お口の潤いを保ち健康を維持しましょう!

【しっかりと噛んで食べる】

- ・軟らかい物ばかりだとお口は汚れます。
- ・噛み応えのある物を良く噛むと唾液が沢山出ることで、ウイルスの予防にもなります。

【しっかりと噛んで食べる為の武器は大丈夫ですか?】

- ・入れ歯の調子は如何ですか?
- ・歯の無いままで食べていませんか?肺炎・窒息・認知症にも影響すると言われています。
- ・歯医者さんでお口、入れ歯の状態を診てもらいましょう。

【適度なブクブクうがいをするこころがける】

- ・ブクブクうがいは、一石二鳥です。
- ・30秒間ブクブク出来るか試してみてください。
- ・元気なお口で美味しく食べて、コロナに負けずに過ごしましょう。



◆ 平取町高齢者事業団では会員募集をしております ◆

～あなたの生き甲斐を見つけよう～

高齢者事業団ではこれからの冬季間、家庭の除雪作業のご依頼が多くなることから、除雪作業のできる会員の方を募集しております。
※概ね60歳から健康で通勤可能な方

〔問合せ・入会申込〕
平取町高齢者事業団 ☎2-3821まで

