

社会福祉法人五霞町社会福祉協議会
五霞町江川3201 福祉センター「ひばりの里」内
ホームページ <http://www.goka-syakyo.or.jp>
E-mail: info@goka-syakyo.or.jp

TEL 0280-84-0765

FAX 0280-84-3887



行事報告 4月花見

「太陽の家」の日課の紹介 箱折りの内職

社協会費のご協力について

社会福祉協議会では、地域福祉の拠点として住民の方々自らの福祉力の向上を目指し活動を行っています。また、町からの受託事業により、高齢な方や障がいをお持ちの方、子育て中の方等幅広くサービスの提供行っております。社協会費(600円)はこうした活動を行なう大切な財源です。

社協会費を納入された世帯に、下記のサービスを行っています。

1. 米寿のお祝い(社協に申請してください)
 2. 新生児の紙オムツ支給(社協に申請してください)
 3. 社協の介護ベッドを借りる方にシーツ支給(新規申込み時)
- ※特別会員(2,000円以上)、法人会員(10,000円以上)も受け付けています。ご協力いただける個人、企業様は事務局までご連絡ください。

平成23年度第1回訪問福祉美容の実施

この事業は、寝たきり等で美容室・理容室に行くことが困難な方へ美容師さんが訪問し髪をカットする事業です。下記のとおり申込みを受付します。

実施月	平成23年7月の火曜日
実施日時	担当の美容師さんから連絡が入ります 2,500円(※参照)
利用金額	
対象者	在宅で寝たきりの理美容室に行くことが困難な男女
申込み先	84-0765(担当 地域ケア 篠崎) 6月8日(水)までにお願います

※社協から1,000円の補助をしますので、ご本人負担は1,500円です。



配食サービスの案内

毎月第2、第4水曜日
お昼のお弁当をお届けしています。

利用者負担 1食200円

対象者となる方は、一人暮らしの高齢者、高齢者世帯、障がいをお持ちの方などです。お気軽にお問い合わせ下さい。

心配ごと相談

原則 毎月第2第4火曜日

13:00~16:00まで

民生委員等が身近な悩みに応じます。

例: 家庭内の悩み、仕事・職場での不満、将来の不安など

連絡先 84-0765

☆介護相談日

毎月第1第3火曜日

13:00~16:00まで

介護相談としてケアマネジャーが介護保険申請の方法や在宅での介護の悩みなどの相談に応じます。

連絡先 84-0765

平成23年4月15日、お花見に行きました。例年なら幸手権現堂に行くのですが、桜まつりが中止となったので今年は、ひばりの里・道の駅付近の散策をしました。ひばりの里裏手の「ごかみず公園」でウォーキング、道の駅で昼食というコースです。

普段見慣れた景色ですが、ゆっくりと歩いてみると気づくことがいくつもありました。小さな桜の木、川面を泳ぐ水鳥、くもの巣についた水滴。芝生の間に生えたクローバーから、四葉を見つけたときはささやかな歓声が上がりました。

日差しも暖かで、「賑やかな出店の花見もいいけど、たまにはのんびりもいいね」と話していました。



ホームヘルパー情報

おすすめ簡単ひえひえベルト

ケーキを買った時についてくる保冷剤を使用し、自宅で作れる簡単ひえひえベルトを紹介します。

材料 保冷剤3個、手ぬぐい半分又はおしぼりタオル、
バンドナ1枚

作り方

- ①手ぬぐいを半分に折り、さらに内側に半分折る。
- ②折りたたんだ手ぬぐいを3等分し、ミシンまたは手縫いする。
- ③ポケットに冷凍庫で凍らせた保冷剤を入れ、バンドナでくるむ。

注意: 保冷剤の数は自分にあった数をお使いください。
長時間の使用はおやめください。



スタッフ一同ひえひえベルトを付けて今年の夏も頑張ります。



文字通り平面のボール紙を折って箱にする作業です。太陽の家では「箱折り」と呼んでいます。200枚セットのボール紙は、折る前は大きめのお弁当箱くらいの大きさですが、200枚の作業が終わると大きめのダンボール4つが満杯となります。出来上がった箱は、ラムネなどのお菓子を飾る台となりファミリーレストランの店頭などに並んでいます。

複雑な構造をしているので、最初は「太陽の家」のみんなも戸惑った様子でしたが、何回も作業を続けるうちに、きれいに折れるようになりました。今では、余裕もできて、おしゃべりしながら作業をしています。昨日見たテレビで、好きなおかずについて話しているうちに、出来上がった箱が山盛りです。

デイサービス情報

つま先ジャンプ

ねらいと効果目

筋肉の強化及び血行の流れを良くします。
☆ずっと同じ姿勢でいると血液循環が悪くなるのでこの体操が有効です(エコノミー症候群に効果的です)

自宅でできる簡単リハビリ体操のやり方

- 1 まず、つま先立ちになります
- 2 かかとを下にしながらかみみをつまみましょう
- 3 両手は力を抜いて下げたままで行きましょう
- 4 初めは4回程度で、なれたら8回行いましょう

