

ただいまサポーター募集中！



新型コロナウイルスが落ち着き次第、サポーターの受け入れを再開したいという声も沢山いただいております。

また、施設によって受け入れ再開時期が異なりますので、活動希望の方は、施設の担当者、または社協（山陽支所 72-1813）までお問い合わせください。

特別養護老人ホーム 長寿園

山陽小野田市南中川山手 ☎ 84-2424（担当：上村）

内容：洗濯物たたみ・名前別仕分け

曜日：第1・3水曜日、第2・4木曜日、第1・3金曜日、第2・4土曜日

時間：10：00～11：00又は、14：00～15：00

人数：1～3名程度



養護老人ホーム 長生園

山陽小野田市大字埴生 2156-2

☎ 76-2136（担当：美濃）

内容：コーヒー喫茶のウエイトレス

曜日：その都度（月1回）

時間：14：00～

人数：2名



デイサービス有帆

山陽小野田市有帆湯泉台 535-117

☎ 84-3838（担当：山口）

内容：催し物（歌・舞踏など）

曜日：日曜日以外（祝日可）

時間：15：15～16：00

人数：8名以内程度



新しく受入施設になりました！

今年度6月に新しく受入施設として

「デイサービス ゆうあい」

が登録されました。



募集内容

①レクリエーション指導

山口県山陽小野田市大字小野田 4046

☎ 0836-88-2300

萬福寺さん近く



サポーター登録、活動相談・問合わせ

山陽小野田市社会福祉協議会 地域福祉課 地域福祉係(担当：山下)

山陽総合福祉センター内（山陽小野田市大字鴨庄 92）

☎ 0836-72-1813（月曜日～金曜日 8：30～17：15）





介護サポーター通信

山陽小野田市社会福祉協議会
地域福祉係 ☎72-1813

令和5年
第26号



ようやく梅雨が過ぎて、輝く太陽がまぶしい頃となりました。5月に新型コロナが5類に移行しましたが、未だ思うように活動ができていない現状です。それでも出来ることを最大限に皆さんの健康維持のために情報発信ができればと思っております。

これから暑くなりますが、サポーター活動も無理せず、ご自分のペースで体調に気をつけてお過ごしください。



春の研修会を 開催しました



4月18日（火）中央福祉センターにて
いきいき介護サポーター 春の研修会を開催しました。
今回は、社会福祉法人 健仁会 理学療法士の
野口 竜馬氏を講師にお招きし「すぐに役立つ介護予防講座」
についてお話ししていただきました。



前半では、高齢者とのコミュニケーションのコツについてお話ししていただき
後半では、介護予防体操をしました。

高齢者との接し方や体操をするときのポイントを学べたのではないかと思います。



多数のご参加ありがとうございました！





繰り越しポイントシールの使い方

※活動する際は手帳を持っていきましょう。

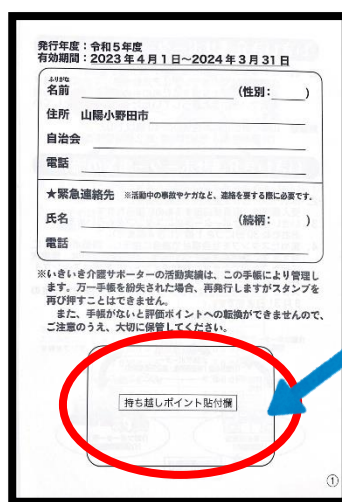
年度末に手帳を提出し、転換交付金の申請をされ、繰り越しポイントがある方については繰り越しポイントシールをお渡ししています。

(このサポーター通信に同封しています。)

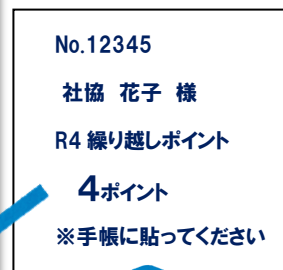
今年度、令和5年度の手帳にシールの貼り付けをお願いいたします！



令和5年度のサポーター手帳



最初のページに貼ってください



繰り越しポイントシール



ひだまりサロン ～介護者の集い～

市内にお住いの介護をしている方、経験された方、介護について興味のある方同士が集うホッとできる憩いのサロンです。(被介護者の同伴可・出入り自由)



家族介護者交流会

10月25日(水)開催
※詳細については分かり次第告知させていただきます。

7月・8月・9月のひだまりサロンは…

◎日程

※7月19日(水) 13:30~15:00

8月21日(月) 13:30~15:00

※9月20日(水) 13:30~15:00

◎場所

中央福祉センター(千代町1丁目2-28)

※7月・9月は山陽総合福祉センターで開催します。(大字鴨庄92)



熱中症 予防

いつでもどこでもだれでも条件次第で熱中症にかかる危険性がありますが、熱中症は正しい予防方法を知り、普段から気をつけることで防ぐことができます。例えば、初夏や梅雨明け・夏休み明けなど、体が暑さに慣れていないのに気温が急上昇するときは特に危険です。無理せず、徐々に体を慣らすようにしましょう。

高齢者に多い熱中症

(※令和5年厚生労働省より)

- 熱中症で救急搬送される6割近くが65歳以上
 - ➔ 高齢者は暑さへの調節機能が低下しがち
- 約4割が住居内で熱中症を発症
 - ➔ 家で過ごす際、エアコンの使用を控える人がいる
- 庭やエアコンなしの室内で熱中症が多発
 - ➔ 高齢者は体温の上昇に気づきづらい
- 夜間熱中症にも注意！
 - ➔ 就寝時にエアコンや扇風機をつける習慣がない人が多い



暑さを避ける、身を守る

室内では

- 室温をこまめに確認
- 扇風機やエアコンで温度を調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用



屋外では

- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 天気のよい日は、日中の外出をできるだけ控える



からだの蓄熱を避けるために

- 通気性のよい、吸湿性・速乾性のある衣服を着用する
- 保冷剤、氷、冷たいタオルなどで、からだを冷やす



こまめに水分を補給する

室内でも、屋外でも、のどの渇きを感じなくても、こまめに水分・塩分、スポーツドリンクなどを補給しましょう



自力で水が飲めない、意識がない場合は、

ためらわず救急車を呼びましょう！

