

Facebookにて情報発信中
フォローをお願いします！



7

vol.150

ほったやまっうしん

北塩原村社協広報誌



郵便局長杯グラウンドゴルフ大会

5月28日（水） グリーンフィールド蛇平

小さな村の郵便局長さんたち主催のグラウンドゴルフ大会が開催されました。今年も69名と多くの方に参加いただき、天気も快晴であったため大盛り上がりの大会となりました。

「郵便局長杯は来年も開催しますので是非一緒にプレーしましょう！」と郵便局長さんたちから激励のメッセージがありました。今回参加された方も参加されなかった方も来年の大会への参加をお待ちしています！

災害義援金 受付中

日本赤十字社及び共同募金会では、国内災害義援金を募集しています。

みなさまの温かいご協力を、
よろしくお願いいたします。

受付中の国内災害義援金

能登半島大雨災害義援金
大雨災害義援金（秋田県/山形県）
能登半島地震災害義援金
大船渡市林野火災義援金



日本赤十字社



共同募金会



社協HP

発行・編集

社会福祉法人
北塩原村
社会福祉協議会

〒966-0402

福島県耶麻郡北塩原村大字大塩字堀田山8518-93

mail hottayama3757@gmail.com

H P <https://kitashiobara-shakyo.or.jp>

地域福祉係 0241-28-3757
訪問・通所介護係 0241-28-3756
居宅介護支援係 0241-28-3755
地域包括支援センター 0241-28-3766
FAX(共通) 0241-33-2070

この広報は、皆様からお預かりした会員会費を財源に発行しています。

第10回

小さな村の郵便局長杯 グラウンドゴルフ大会 写真集



接戦の試合を勝ち抜き、栄えある優勝を勝ち取ったのは裏磐梯地区の
酒井作男さんでした。おめでとうございます！
皆さん、スコアにかかわらずとてもたのしそうにプレーをしていました。
また、皆さんとお会いできることをたのしみにしています！



ひだまりくらぶ ぶらりお散歩

6月6日（金）70歳以上のひとり暮らしの方を対象に、山形県米沢市方面への日帰り旅行を実施しました。参加者は15名。
紅花染めの体験と、日本庭園での食事、お買い物を楽しみました。
ご参加いただいた皆様、ありがとうございます。
またお会いしましょう！



赤十字奉仕団 お弁当配達サービス

5月23日（金）に第1回目のお弁当配達を行いました。
今回はサンドウィッチ。
初めてのメニューでも、皆さん手際と連携が良く、あっという間に作ってしまうんです。
申込者66名に配達しました。

次回は
7月11日（金）の予定です。
メニューは、ちらし寿司・焼きサバ・しゅうまいなど。



ミャンマー地震救援金

裏磐梯小学校の児童が、ミャンマー地震の復興を願い、校内で募金活動を行いました。集まった救援金は、日本赤十字社を通じて、ミャンマー及びタイにおける、救援・復興支援活動や、防災・減災活動等に充てられます。

児童のみなさんが自主的に活動されたとの事。ご協力ありがとうございました。



日赤会津地区 有功会総会

5月30日（金）柳津町の「やないづふれあい館」で開催され、当村日赤有功会からは7名の会員が出席。
年に一度の顔ぶれに、「お久しぶり！元気だったがよ？」と車内も大盛り上がり。
総会終了後、講演会を拝聴し、帰村しました。

今回、星ヤヨイさん（谷地）が新規加入されました。



権利擁護のための出前講座 ～開催のお知らせ～

認知症や障がいなどで適切に物事を判断することが難しい方の生活を支援する「成年後見制度」について学ぶための講演会を開催します。

全国的に少子高齢化が進行し、将来的に制度や社会資源を活用することが難しくなることも想定されてきています。自分や家族のこれからのために、権利擁護に対する理解を深め、今のうちから制度のことを知ってみませんか？

日にち

令和7年7月10日（木）

場所
時間

松原・裏磐梯地区会場
自然環境活用センター
10：00～11：00（60分）

北山・大塩地区会場
生涯学習センター
13：30～14：30（60分）

参加費

無料



講師

会津権利擁護・成年後見センター
センター長 目黒 正一

第一部

講演（創作劇）

「それでも私はこの町で生きていく」



認知症が徐々に進んできたチカおばあちゃんに忍び寄り怪しい空気
東京に住む長女、親切そうなセールスマン…

創作劇をととして、「成年後見制度」について学びます。

第二部

成年後見制度とは何か？

講師との対話形式での「成年後見制度」の解説を行います。

漠然と不安に感じている方、今後の準備を進めたい方などに、事例を交えながらお答えします。



大募集

認知症川柳 投稿者募集

応募資格：北塩原村に在住、または勤務している方。

応募方法：お名前（ペンネーム）年齢、行政区名、電話番号を明記のうえメール、FAXまたは手書き用紙で受け付けています。

休日相談窓口

7月12日（土）

もの忘れ、足腰の弱り、生活の困りごと
介護保険の手続きや介護サービス利用等
電話・来所での相談お待ちしております。

☎0241-28-3766

認知症川柳

● お名前は？ 娘の名を言う 老母かな (スズラン 八七才 北山)	● その話 さっきも聞いたよ 孫が言う (ガハク 九二才 蛇平)	● 思いつき 書き止めないと すぐ忘る (むかしの姉ちゃん 七八才 早稲沢)	● ふと思う 母の姿の 盆踊り (京子ちゃん 八五才 松陽台)	● 虫食わぬ 忘れていたよ 総入歯 (春夏秋冬 八一才 北山)
--------------------------------------	-------------------------------------	---	------------------------------------	------------------------------------

管理栄養士による居宅療養管理指導とは!?

管理栄養士がご自宅に定期的に訪問し、医師の指示に基づき、療養上必要な栄養や食事の管理および指導を行います。

健康の維持や疾病予防を目的としていて、病気による食事制限などに応じた食事法なども相談ができます。

食べる量が減ってきた...

栄養が足りているか偏っていないか心配...

体重が減り身体が弱ってきた...

食べたり飲んだりするとよくムせる...

下痢や便秘ぎみになっている...



どんな時に利用すればいいの?

指導の概要

利用者の方の状態や能力に合わせて、食事と栄養に関する支援を行います。

- 病気に合わせたメニューの提案（高血圧、糖尿病...）
- 食事や栄養に関する相談など
- 訪問回数：月2回まで
- 条件：要支援1以上の方



栄養状態が良くないと、せっかくリハビリを頑張っても効果が現れにくくなってしまいます。
また、低栄養状態が続くと体力や免疫力、認知力の低下につながる可能性があります。ケアマネジャーにお気軽にご相談ください!



食事を楽しんで健康を維持しましょう

居宅介護支援係(小林・赤城) 0241-28-3755 / 080-9425-7758

訪問介護サービスでは、「できること」と「できないこと」があります。
「これはできる?」その疑問 **敏腕ヘルパー** がお答えします!

【相談者】

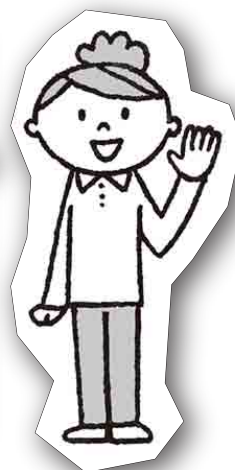
bさん(仮名) 85歳 女性 ひとり暮らし
足腰が弱ってきたと実感...

今年も畑を作ろうと思っているんだけど、最近足腰が弱ってきて...
年取ったからな~。

一人では中々やる気が出ないしヘルパーさん、一緒に運動してくれるかよ?

もちろんです!
運動しましょ!

サービス提供時間内であれば、屋外での歩行運動も可能です。
あまり遠くには行けなかもかもしれませんが、一緒に健康な体づくりを心がけましょう!



訪問介護係(加藤・穴澤・佐藤) 0241-28-3756

楽しいいっぱい!

デイサービス

デイでどんな1日を過ごすの?

【お迎え】

8:20~9:00頃

送迎車でご自宅までスタッフが迎えにあがります。



【健康チェック】

9:20~

到着後、血圧や体温などの健康状態を確認します。



【入浴・趣味活動】

9:30~

機械浴にも対応。寝たきりの方や車椅子の方でも安心して入浴できます。入浴後は趣味活動や交流を楽しみながらくつろぎます。



【口腔体操・食事】

11:30~

昼食前にお口の体操を行います。健康を保つのに食事は大切。栄養バランスのとれた出来立ての食事を提供します。



【体操・レクリエーション】

14:15~

体を動かし、ゲームや工作などで心も体も元気に! 最近はお茶をはじめました。



【おやつ・カラオケ】

15:30~

甘いorしょっぱいおやつを食べてホッとひと息を。帰る前にカラオケでリフレッシュ!!



【おかえり】

16:30~

スタッフがご自宅まで安全にお送りします。1日おつかれさまでした。



リフト車完備。車椅子の方も安心



広々とお風呂です



みんなで農作業すると楽しいよ

ご利用されると

- 心身の機能向上
 - 外出で社会交流
 - 家族介護者の負担軽減
- などが期待できます。

デイの見学を検討されている方は

0241-28-3756(奥山)

までお問い合わせ下さい。

喜多方消防本部からのお知らせ

マイナンバーカードの健康保険証利用登録をお願いします

氏名 まもる 君

住所 福島県〇〇市〇〇町〇丁目〇番〇号

平成〇〇年〇〇月生 〇〇年〇月
〇〇市長

電子証明書の有効期限

01234567890123456 0123

署名

今年の秋ごろより、
マイナ救急の
実証事業を
はじめます！

※マイナ救急とは、マイナ保険証のデータを活用する救急活動のことです

ステップ1：マイナ保険証を準備しましょう

氏名 まもる 君

住所 福島県〇〇市〇〇町〇丁目〇番〇号

性別 男

平成〇〇年〇〇月生 〇〇年〇月〇日まで有効
〇〇市長

01234567890123456 0123

署名

マイナンバーカード

※マイナ救急利用のために、マイナンバーカードの健康保険証利用登録が必要です！

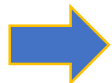
- ・医療機関又は薬局のカードリーダー
- ・マイナポータル（専用アプリ）
- ・セブン銀行ATM

上記のいずれかで利用登録をお願いします。

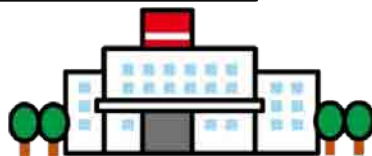
ステップ2：救急車を利用するときにマイナ保険証をもっていると…



救急隊がデータを読み取ることで、自分の病歴や飲んでいる薬を正確に伝えることができる



円滑な搬送先の選定や適切な
応急処置ができる



搬送先病院で治療の準備ができる

あなたの命を守る
「マイナ救急」HP



※救急隊が閲覧できるのは住所、氏名のほか受診歴、薬剤情報などの医療情報だけです。
※詳しくは厚生労働省、総務省消防庁ホームページをご覧ください。

喜多方地方広域市町村圏組合消防本部 警防課

善意のひろば

R7.5.16~6.15

御遺志

穴澤 喜代一 様 (故 穴澤 ミツノ 様：大塩)

大橋 健一 様 (故 大橋 健治 様：曽原)

物品の御寄附

瀬谷 好男 様 (松陽台) 内海 英子 様 (北 山)

匿名希望 様

ボランティア

伊藤 淳子 様

(大塩：デイサービスボランティア)

北山長寿会 様 (花壇整備)



ご厚情ありがとうございました。

行事予定

7/4 老連社会奉仕の日

(村内各地区)

7/8 民協定例会

(保健センター)

7/11 ひとり暮らし高齢者弁当配達

(保健センター：赤十字奉仕団)

7/16 会津地方民協全体研修会

(さゆり公園体育館)

7/17 老連東北ブロックリーダー研修会

(ホテル華の湯：～18日)

7/31 第20回ほったやまCLASSIC

GG大会 (グリーンフィールド蛇平)

別添チラシを
check!

7月には社協会員会費募集月間です。
皆様方のご協力をお願いいたします。

米寿祝

おめでとうございます!

7/15 小椋 トシノ 様 (蛇 平)

7/28 渡部 美津子 様 (大 塩)

ボランティア募集中!

デイサービスセンター

お茶出し、傾聴、レクリエーションの補助、
食事配膳のほか、歌や踊りを披露してくださ
る方も募集中です。

福祉の仕事相談会

日時

7/16(水) 10:30~14:30

場所

会津若松市社会福祉協議会
会津若松市追手町5-32



ふれ合い・支え合う地域づくり

生活支援 コーディネーター

シニアメイクアップ健康教室 開催のお知らせ

参加無料

～お化粧で心も身体も元気にフレイル予防～



健康教室の内容

- 気持ちが前向きになる化粧法の体験講座
- 顔やお口の健康体操
- お話し好きな講師の先生との楽しいお喋り



おしゃれをする事
や、身だしなみを整
える事は、自信や喜
びを生み、積極的に
外出してみようとい
う気持ちにさせてく
れます。

日時

7/29・8/26・9/30・10/28
10:00～11:30まで (90分)

場所

自然環境活用センター (裏磐梯)

対象

概ね 60歳 以上の村民の方
定員：各開催日 先着 10 名まで

申込

地域包括支援センター ☎28-3766
※各開催日の4日前まで

また、化粧をする動作が脳への刺激になり、更
に顔や手を動かすことが適度な運動にもなるので
高齢者の方の心身機能の維持や認知症やフレイル
の予防に効果があると考えられています。

お化粧をとおして、講師や参加者と楽しく交流
し、一緒に健康づくりに取り組んでみませんか?



講師 武藤 忍 さん (忍伝堂KITAKATA)

- ・外資系化粧品メーカーの元美容部員
- ・日本化粧品検定特級コスメコンシェルジュ
- テレビやラジオなど多方面で活動中!