



笑おう会

編み物をしながら
お茶を飲みながら
一緒に笑って過ごしませんか？

令和8年
6/4
＜木＞
OPEN

参加者 募集

会場：なぎ区憩の家
（湯浅町湯浅3246）
開催日時：毎月第1木曜日
午後1：30～3：00
参加費：100円
（材料費が必要な時もあります。）
お問合せ：湯浅町社会福祉協議会 ☎0737-63-5175

初心者の方でも安心して
お気軽にご参加ください。

もったいないをありがとうへ

ゆあさてん
オークワ湯浅店

フードドライブ



フードドライブとは
ご家庭で使われず余っている未開封の食品を持ちより、必要としている団体や個人に寄付する活動のことです。

4月18日～5月17日の期間中にオークワ湯浅店様で実施されたフードドライブで
集まった商品（130点）を地域福祉推進のために当会へご寄贈頂きました。
地域で活動されている子ども食堂や学童保育を始め、支援団体等を対象に商品の配分
を考えています。

ご希望の方は、湯浅町社会福祉協議会までご連絡をお願いいたします。

《配分日》

日時：6月16日（火）午後1時30分
場所：湯浅町地域福祉センター



防ごう！高齢者の「脱水」



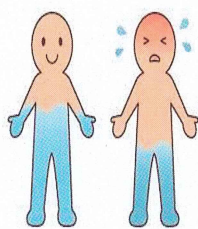
私たちの体の半分以上を占める水分は、体温調節をしたり、栄養素や酸素を運んだり、老廃物を排泄するなど、生命を維持する大事な役割があります。

高齢者の場合、水分補給と排泄のバランスがくずれやすく、脱水になりやすいので注意が必要です。

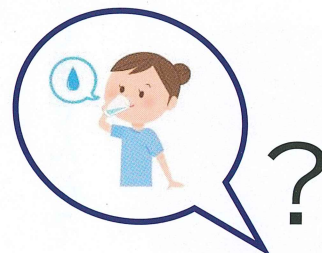


高齢者が脱水になりやすい原因

加齢により筋肉量が減るため水分が減少しやすい



のどの渇きに気づきにくいいため水分を摂らなくなる



夜中のトイレを避けるため、水分補給を十分に行わない



自分で水分補給ができなかったり、認知機能の低下により水分摂取の必要性が理解できない



高齢者の脱水症状のサイン

- 口唇、舌が乾いている
- わきの下や皮膚が乾いている
- 皮膚をつまんで元に戻るのに3秒以上かかる
- 外気で冷えていない場合でも、手や足先が冷たい
- 倦怠感、だるそう、横になりがち
- トイレの回数が減る など

脱水症対策は・・・

- 定期的な水分補給
- 水分の多い食べ物を摂取する
- 適温に合わせて室内の気温・湿度管理



のどがかわいてなくても水分補給を！



水分補給は、「水やお茶・スポーツドリンクをよく飲むので水分補給は十分」と思っている人は多いようですが、脱水状態になりかけている時は危険です。特に発熱や激しい発汗、嘔吐、下痢などで水分と塩分が大量に失われている場合は、水分・塩分・糖分が入った経口補水液を摂取することが大切です。症状が悪化している場合は医療機関を受診してください。

アルコール類は利尿作用を促すため水分補給にはなりません。



しんぱい とうだんしょ かいせつ
心配ごと相談所の開設について

とき：令和8年7月7日（火）
午前9時30分～11時30分
ところ：湯浅町地域福祉センター



- ※事前予約は6月8日（月）からの受付となります。
- ※当相談所の規定に基づき秘密は厳守致します。
- ※相談費用は無料です。
- ※お申し込み・お問い合わせは湯浅町社会福祉協議会までお願いします。

しんぱい とうだん
心配ごと相談とは・・・

湯浅町社会福祉協議会から委嘱を受けた「心配ごと相談員」のみなさんが
日常生活における相談をお受けします。
相談内容によって、各関係機関と連携しながら問題解決に努めます。

こんご よてい
今後の予定について

- 6月10日（水） あいうえおサロン（地域福祉センター）
- 14日（日） 寡婦・賛助会員一日遠足（神戸方面）
- 18日（木） ほのぼの茶話ごう会（地域福祉センター）
- 21日（日） 父母の会会員親睦交流事業（奈良方面）
- 21日（日） 「子ども食堂」
しらゆりキッチン（地域福祉センター）
- 25日（木） ほのぼの茶話ごう会（地域福祉センター）
- 26日（金） 老人大学（総合センター）
- 7月1日（水） 老人大学社会見学（大阪方面）
- 7日（火） 心配ごと相談（地域福祉センター）
- 8日（水） あいうえおサロン（地域福祉センター）

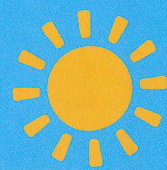


ゆあさ びょういん
湯浅おもちゃ病院
しんりょうび あんない
診療日のご案内

6月21日（日）
午前11時～午後2時

場所：地域福祉センター2階
料金：無料（部品代は実費）





2026 夏のボランティア 体験学習

さんかしゃほしゅう
参加者募集

今年も夏休み期間中に小中学生を対象に開催。
この体験学習は高齢者の方々やボランティア活動に関わる
様々な人々とのふれあいや交流を通じて、福祉やボランティア
に対する関心を育んでいただくことを目的に開催します。

□実施期間

小学生の部 7月21日(火)～8月7日(金)

中学生の部 8月12日(水)～8月23日(日)

□体験時間

午前9時30分～午後3時

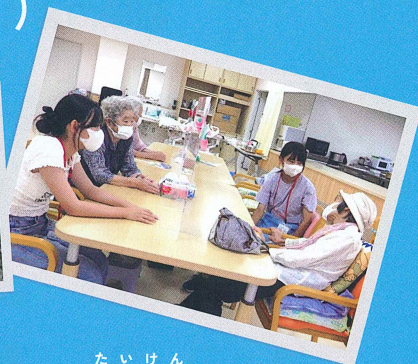
※メニューによっては時間が異なります

□体験内容 (1日間)

午前：オリエンテーション、配食、デイサービス体験

午後：地域のボランティア体験 (以下の①～⑤から1つ選択)

※応募者多数の場合はご希望に添えない場合がございますので、あらかじめご了承ください。



①

手話体験

②

読み聞かせ
体験

③

おもちゃ
病院体験

④

つくし
作業所体験
カフェ&ベーカリー
オーブ

⑤

子ども食堂
体験
(中学生のみ)

【申込締切】6月30日(火)まで

※今年度も各小中学校を通じて、参加対象者の方にご案内させていただきます。
なお、体験に参加いただく日程については、調整でき次第、各自にご案内させていただきます。