

第32回 老人体育祭を開催しました！！

10月28日(土)方津戸コミュニティ広場において、5年ぶりに

「第32回 湯浅町老人体育祭」を開催しました。

当日は、参加者のみなさんの大きな歓声と笑い声で盛り上がり

運動の秋らしい気持ちの良い一日となりました。



YYまつりが開催されました！！

11月5日(日)YYまつりが開催され、ボランティア推進協議会・老人クラブ女性部・母子

福祉連合会・障がい児者父母の会のみなさんが模擬店を出店しました。当日は天候にも

恵まれ、多くのお客で賑わいました。





デイサービス「やすらぎ」



おも かんしゃ き も たいせつ
思いやりと感謝の気持ちを大切に・・・

今年の「夏のボランティア体験学習」で、
町内の小中学生が一人暮らしの方に気持ちの
こもったメッセージカードを添えてお弁当を
配っていただきました。
利用者の皆さんにはとても喜んでいただき、
子どもたちのかわいいメッセージを大切に
飾ってくれている方もいて、思いやりの心が
通いあう素敵な体験となりました。



やすらぎボランティアさん大募集！

はいしょく べんとう ちょうり
★配食サービスのお弁当の調理
かつどうび しゅうかん かい げつようび どのようび
活動日：2週間に1回（月曜日～土曜日）
かつどうじかん じ ふん
活動時間：午前9時～10時30分

はいしょく べんとう はいたつ
★配食サービスのお弁当の配達
かつどうび しゅうかん かい げつようび どのようび
活動日：週1回（月曜日～土曜日）
かつどうじかん じ ふん
活動時間：午前10時30分～11時30分

かつどうび じかんとう
活動日や時間等については、
ご相談のうえ調整頂けますので、お気軽に
お問い合わせください。

と あ ゆあさちょうしゃかいふくしきょうぎかい
お問い合わせ 湯浅町社会福祉協議会
TEL 0737-63-5175



「低温やけど」と「冬のかくれ脱水」に要注意!

< 低温やけど >

「低温やけど」とは、心地よく感じる程度の温度のもので、皮膚の同じ部分に長時間接触することで発症します。

● 低温やけどの原因となりやすい暖房器具 ●

- * 湯たんぽ
- * 電気あんか
- * 使い捨てカイロ
- * 電気毛布
- * 電気こたつ
- * 電気ストーブ
- * 電気カーペットなど



* 「低温やけど」にならないために… *

① 肌に直接あてない。

* 使い捨てカイロは衣類の上から当てましょう。

② 同じ個所に長時間あてない。

* 電気ストーブなどに近づきすぎないようにしましょう。

* 湯たんぽは布にくるんでいても直接皮膚に近づけないようにしましょう。

* 電気毛布やカーペットなどは高温状態での連続使用をさけるようにしましょう。



低温やけどは、見た目より重症の場合があります。

痛みや違和感があるときは、医療機関を受診しましょう。

< 冬のかくれ脱水 >

脱水症は夏場だけではありません。

「冬のかくれ脱水」とは… 寒くなると空気の乾燥や、暖房による室内の乾燥などから体の中でゆっくりと水分不足となり、のどの渇きも感じにくく水分を取る機会も減ってしまい、知らない間に脱水になってしまうことです。

「冬のかくれ脱水」の症状とは

- * 体のだるさ
- * めまい・ふらつき・頭痛
- * 口内のネバつき
- * 皮膚の乾燥などがあります。



☆ 「冬のかくれ脱水」にならないための予防方法 ☆

① 加湿と換気で適切な湿度を保ちましょう。

(室内に洗濯物を干すことでも加湿効果になりますが、火災の原因になるのでストーブの上や近くに干さないようにしましょう。)

② こまめに水分補給をしましょう。

(1日1.5リットルを目安に水分をとりましょう。)

(起床時・入浴前と入浴後・就寝前に水分をとるようにしましょう。)

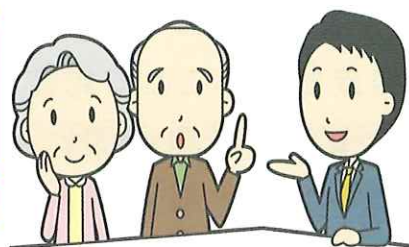


心配ごと相談所の開設について

開設日時：令和6年1月9日（火）

午前9時30分～11時30分

開設場所：湯浅町地域福祉センター



当相談所の規定に基づき秘密は厳守します。相談費用は無料です。

事前予約は12月11日（月）からの受付となります。

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いたします。

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

- | | | |
|-----|--------|------------------------------|
| 12月 | 6日（水） | あいうえおサロン（地域福祉センター） |
| | 13日（水） | やすらぎ年末の集い（一人親家庭）（地域福祉センター）★ |
| | 14日（木） | やすらぎ年末の集い（障がい児者）（地域福祉センター） |
| | 15日（金） | やすらぎ年末の集い（ボランティア）（地域福祉センター）★ |
| | 17日（日） | しらゆりキッチン（地域福祉センター） |
| 1月 | 9日（火） | 心配ごと相談（地域福祉センター） |
| | 10日（水） | あいうえおサロン（地域福祉センター） |

編集・発行：湯浅町社会福祉協議会

〒643-0005和歌山県有田郡湯浅町栖原126

TEL：0737-63-5175 FAX：0737-63-3304

WEB：https://www.yuasa-shakyo.or.jp/

homepage



Facebook

