



えがお

認定 NPO 法人
たすけあいの会ふれあいネットまつど
TEL: 047-710-7450
FAX(専用): 047-710-5940
E-mail: fnm2011@r4.dion.ne.jp
HP: https://fnm2011.okoshi-yasu.com

佐久間浩子さん お別れの会 開催のお知らせ！9月21日(日)

ふれあいの居場所“みんなち”で開催

27年間活躍していただいた佐久間浩子前代表とお別れをし、ご支援いただいたすべての方に感謝の気持ちを伝える会です。また、これからは困ったときはおたがいさまの理念を継承する気持ちで開催するものです。詳しくは同封の案内をご覧ください。



※多くの方に参列していただきたいので、事務局が連絡先を把握していない関係者にも拡散・周知していただきたくご協力お願い申し上げます。

新役員の紹介 第2弾

小山泰さん



皆さん、こんにちは。本年度から理事を担当させていただく小山と申します。よろしくお願いたします。

5年ほど前に父が亡くなったのですが当時はコロナ禍で面会もできなかったため自宅で療養していました。その際に看護師さん、介護士さん、理学療法士さんなどの訪問サービスを受け、手厚いサポートに家族が救われたのを今でも覚えています。その経験から自分も何か社会貢献できることはないかと思っていたところ、ふれあいネットまつどの「運転ボランティア」を見つけ、現役で働いていても限られた時間の中でできると感じ、入会したのがきっかけです。

近年は本業が忙しくあまり戦力になれていないので心苦しいですが、理事に就任したこの機会にもっと積極的に参加していきたいです。

松村好兼さん



私が協力会員になったきっかけは、常盤平支所で行われた説明会に長女が参加して、毎日家でテレビを見てごろごろしているなら、ボランティアでもした方がいいと申し込みをしたのがきっかけで、決して誇れるものではありません。

入会して職員の方の指導であつという間に4年目を迎えました。更に今年度理事への就任要請があり、悩んだ末に受諾しました。

理事の役割についてはまだ十分に理解出来ていませんが私なりに次のような目標を持つと思います。

- ・各種イベントへの積極的な参加
 - ・職員の安全と労働条件の安定的な向上
 - ・各事業ごとの収支の理解
 - ・ふれあい送迎の利用会員の年間5名の獲得
- 周囲の方の意見に耳を傾け、頑張って行きますので引き続きよろしくお願い致します。

<お知らせ>

今年のふれあい敬老会は“佐久間前代表お別れの会”の開催のため中止します。来年に本年の対象者も含めて開催します。

7月22日
火曜日

6月・7月生まれのお誕生日会開催

お誕生日おめでとう

出張歌声喫茶“はみんぐばーど”の麻生雅己(あそう まさみ)さんによるギター伴奏で実施。みんなでお祝いしました。



6月生まれ・7月生まれの皆さん



ギター演奏の麻生さん

地域新聞の取材を受けました！



新講座の“DANCE！DANCE！みんなんち”・“みんなで歌おう”・“おとな食堂”についてフリーペーパーの地域新聞の取材を受けました。掲載は8月22日号の予定です。

7月29日(火)居酒屋を開催しました。

第5火曜日恒例の居酒屋です。

今回は過去最高の21名が参加。夏の暑さを吹き飛ばすごとく！

楽しい交流ができました！

次回もお楽しみ！

みんなからの差し入れもあり
話に花が咲きました。



みんなんち おとな食堂8月のご案内

予約制

毎週火曜日はみんなんち おとな食堂を開催しています。みんなでランチを食べて楽しいひとときはいかがですか？お早めにお申込みください。



今月のメニュー

8月5日(火) 焼肉チャーハン・イカカツ他

8月12日(火) 夏野菜のおろしそば・

麩の卵仕立て・菜飯

8月19日(火) サムギョフサル定食

8月26日(火) ちらし寿司・豚肉キャベツのうま煮・なすとフロッコリーのごまドレ他

夏本番！熱中症の時期がやってきました！ご注意ください

なぜ高齢者は熱中症になりやすいの？

- (1) 体内の水分不足。加齢で脱水症状になりやすくなっていて、老廃物を出すため、たくさんの尿を必要とするため。
- (2) 暑さを感じにくくなっている
- (3) 暑さへの調整機能が低下 (4) 頑固無理をしてしまう

あれ？熱中症かな？ー熱中症

(軽症) 立ちくらみ・大量の汗をかく(中等度) 頭痛・吐き気・嘔吐(重症) まっすぐ歩けない・けいれん・

体が熱い・呼びかけに返事がおかしい

→命の危険！→ためらわず救急車に

♪熱中症にならないためのポイント♪

1. こまめに水分をとろう
喉が渇かなくても、こまめに水分を取りましょう(1日1.5リットル。ポカリスエットなどの吸収の良いスポーツドリンクを用意する)
2. 部屋の温度に気を配ろう
エアコンを使うのをためらわないようにしましょう。28℃位の高め設定温度でもエアコンを使い室温を下げましょう。
3. 無理せず、休息をとろう
4. しっかりと栄養をとろう

