



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:047-346-0866
 FAX(専用):047-346-0088
 E-mail:fmm2011@r4.dion.ne.jp
 ホームページ:http://fmm2011.okoshi-yasu.com

宮城県東松島支援 第21回ボランティアバスツアー

7月12日(土)開催の東日本大震災復興支援第21回ボランティアバスツアーは会員・市民を含めて36名が参加。宮城県東松島市を訪問し、前回と同様、現地の方に、被災地をまわり震災当時の様子や復興状況、現在の生活の様子を話してもらい、交流会を行いました。また、仮設店舗で東松島の特産品のお買いもの。これは、前回の参加者からの要望で、是非、現地にお金を使いたいとの意見が多々あり、計画に入れました。

バスツアーに参加して・・・



発災後3年4ヶ月経過した被災地は、徐々に復興へと向かっていますが、まだまだ時間がかかると思われる状況でした。高台移転予定地には未だ一軒の住宅も建っていません。前回5月10日に訪問した、仙石線の「野蒜駅」周辺は瓦礫もきれいに片づけられていたのが印象的でした。

バスツアーに参加した皆さんは、現地で合流した被災者の皆さんが震災前に生活していた地を訪れ、被災者一人ひとりの話を、それぞれの思いで受け止めていました。立ち寄った浜市小学校の時計は震災が起きた時間で止まり、「震災を忘れないで」というメッセージにも受け取れるように感じました。



今回は、地元で旬の野菜や海産物を販売している仮設店舗「まちんど」にて、復興に役立ててほしいという思いで買物をしました。市民センターでの交流会では、協力会員の佐藤幸子さんのご好意で戴いた、ヤマザキパンをみんなで食べながら一時を過ごしました。

帰りのバスでは、前回同様、現地の皆さんから戴いた、心のこもった手作りおにぎりが夕食となりました。被災地は少しずつですが復興も進んでいます。

私達が続けてきたボランティアバスツアーが21回を重ねるなかで、東松島市の皆さんはボランティアバスツアーの参加者を「松戸さん」と呼び、いつも待っていてくれます。ここに、「つながり」が形成されていることを感じました。

この継続されているボランティアバスツアーは「3.11を忘れない」という大きな意義を持つのではないのでしょうか。(青木 記)



7/20 -21 福祉有償運送運転者講習会

今年度2回目となった福祉有償運送運転者講習会は受講生28名が参加。各講義で移動サービスについてのことを熱心に聞いていました。松本講師は「移動サービスについて」と「リスクへの備えてとその対応について」を担当し、「万が一、トラブルが発生しても大丈夫なように、日頃から初心に戻り、再チェックをすべし」と述べました。細嶋講師は「利用者(障がい者)への理解」を担当。「各種の障がいのある方への配慮と高齢者が多く抱える疾病についてとその対応」を説明。林田講師は「運転への知識」で「乗車・降車の留意点」と利用者に乗せた際の運転の配慮を述べていました。講義の他に演習があり、中講師、松下講師、青木講師が各グループを担当し、日頃の活動で行なっていることを具体例として挙げ、注意点・工夫点を説明しました。(寛 記)



7/6 (日) 「新しい地域支援のあり方を考えるフォーラムin千葉」 さわやか福祉財団主催 (千葉県たすけあい協議会 共催)

2015年の介護保険改正に向け、要支援者に対する生活支援サービスの一部が市町村に移行する今こそ、「お互いさまの助け合い」を地域に根付かせる絶好の機会とこのフォーラムに協力しています。

定員を上回る330名が参加しました。千葉県たすけあい協議会は県内でたすけあい活動をしている団体(60団体)が情報共有・交流・勉強会をしています。



福祉体験授業の出前出張を行いました。

県立松戸馬橋高校の2学年の家庭科の授業の一環でふれあいネットまつどの西村泰久さんと稲葉いつ子さんが出前授業を行い、障がいのある方の生活や日々の活動についてお話をしました。



熱中症予防！ 声掛けプロジェクト

梅雨明けもまだなのに、猛暑の日が続いています。新聞テレビでも、今年は早い時期からの「熱中症対策」が必要だと報道しています。厚労省でも「たかが熱中症・・・」と侮らないで適切な対策をとることを呼びかけています。ふれあいネットまつどでは、会員みんなが熱中症にかからないよう、「熱中症予防声かけプロジェクト」に取り組みます。

なぜ高齢者は熱中症になりやすい？

- ① 体内の水分不足。加齢で脱水状態になりやすくなっている、老廃物を出すために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 暑さへの調整機能低下。

あれ？熱中症かな？- 熱中症の症状

- (軽症) 立ちくらみ・大量の汗をかく
 - (中等度) 頭痛・吐き気、嘔吐(おうと)
 - (重症) まっすぐ歩けない・けいれん
- からだが熱い・呼びかけに返事がおかしい
⇒ 命の危険 ⇒ ためらわずに救急車を呼ぶ

その① こまめに水分をとっていますか？

高齢者はのどの渇きに気付にくい。熱中症予防の要は水分補給です。喉が渇かなくても、こまめに水分をとりましょう(1日 1~1.5ℓ、ポカリスエットなどの吸収のよいスポーツドリンクを用意しましょう)。

その② 温度に気を配っていますか？

- 室内にいても熱中症にかかります。「節電」だからと言ってエアコンを使うのをためらわないように。
- 28度位の高めの設定温度でもエアコンを使い室温を下げましょう

その③ 休息をとっていますか？

日中のお出かけをひかえましょう。

- 夏に頑張りすぎは禁物。疲れていると熱中症にかかりやすくなります。身体が熱いと感じたり休憩の際は、ぬれたタオルなどで首筋や頭などを冷やし体温を下げましょう。
- お出かけは暑い盛りを避け、日傘や帽子で日射対策を。屋内は軽装に。



その④ しっかり栄養をとっていますか？

暑いからと言って食事を手抜きしていませんか。きちんと食事をとることも熱中症予防になります。

その⑤ みんなで声かけあって熱中症を予防しましょう！

お知らせ

●お盆休みのご案内

ふれあいサービス(移動サービスなど)・制度サービス(訪問介護・障害福祉など)のお盆休みはありません。たすけあい活動センターと企画・管理センターもお盆休みはありません。ふれあいの居場所「みんなんち」は8/9(土)~17(日)までお休みです。

●第3回ふれあい夏祭り 8月30日(土)開催！

ふれあいネットまつど事務所前で開催。お手伝いしていただけるボランティアさん募集中。また、遊びに来るだけでも大歓迎です。詳しくはチラシをご覧ください。(小雨決行。雨天は翌31日(日)に順延開催！)

●子どもお菓子作り教室開催(8/20(水))

コープみらい主催のお菓子作り教室を開催。講師はみんなんちマネージャーで元パティシエの西村さんです。お子さん、お孫さんがいる方。是非、ご参加ください。(詳しくはみんなんちマネージャー西村さんまで)

●8月11日はイエローレシートキャンペーンです。

毎月11日はイエローレシートキャンペーンの日です。イオン北小金店でお買いものをする時、黄色いレシートが発行されます。それを、店内に備え付けられたふれあいネットまつどのBOXに投函して下さい。すると、ナントお買い上げ金額の1%がイオンからふれあいネットまつどに寄付されます。ご協力をお願いします。

みなさん、こんにちは。細嶋千広と申します。今思えば高校3年だった2006年の夏。矢切にある「まつど市民活動サポートセンター」が主催するLet's体験でふれあいネットまつどでお世話になったのが初めてでした。2010年4月に入会をした私ですが、まさか、ふれあいネットまつどの事務局で皆さんと関わるとは思ってはいませんでした。これからもよろしくお願いします。

江戸川大学総合福祉専門学校を卒業後、介護老人保健施設に入職。休みの間などに送迎やイベントに関わるようになり、2012年10月よりふれあいネットまつどへ転職。イベントの企画及び広報、時々、送迎も担当している。



細嶋千広さん

会員の紹介

2014年第3回ふれあい夏祭り

特別クーポン券

ふれあい夏祭り会場に本券をご持参して下さい。生ビール(小)・焼きそば・かき氷・フルーツ・焼き鳥・子どもコーナーのいずれか1点をプレゼント♪

お名前

たすけあいの会
ふれあいネット
まつど