

ふれあいだより

NPO 法人 たすけあいの会
ふれあいネットまつど
TEL: 346-0866 / FAX: 346-2068
E-mail: fnm2011@r4.dion.ne.jp

雑誌「難病と在宅ケア」誌 7 月号

島田代表とふれあいネットまつどを大きく紹介

雑誌「難病と在宅ケア」編集部より筋ジストロフィ患者の島田代表の人生・生活と島田さんが代表を務めるふれあいネットまつどの活動について、取材の申し込みがあり、4 月 30 日に行われた「おでかけ—21 世紀の森」に編集部小山さんが取材に。このほど発行された同誌に、3 頁(写真 13 枚)にわたって記事として掲載されました。記事の最後に「ふれあいネットまつどは、困ったときはお互いさま精神で私達に勇気を与えてくれる」と書いています。事務所にありますので是非ご覧ください。

連載企画
ALS の妻と病域を越えて、
たすけあいの会
松戸市・筋ジス患者
島田 喜七



6 月度 3 研修会に協力会員 40 人が参加

6/25 運転者研修会で乗降介助演習

2011 年度第 1 回の研修会は午前の部(福祉車両運転者)に 13 人、午後の部(セダン車両運転者)に 12 人が参加しました(6/1 現在の運転登録者 30 人)。午前の部では福祉車両「えがお号」を使って乗降・固定装置の演習、午後の部では高齢者疑似体験グッズ「浦島太郎」を使って乗降介助演習を実施。その後両部とも、路上演習を運転手役・見きわめ役・利用者役を交代で務めながら行いました。今回は外部講師を招かず、運転協力者が相互にチェックするというスタイルで行いましたが、参加者は熱心に取り組みました。



「えがお号」を使って、車いす乗降装置操作の演習を実施。この日は真夏日で、参加者は汗びっしょり。

6/22 ヘルパー研修会で「ヒヤリハット」

2011 年度第 1 回の研修会では、サービス提供責任者の渡辺薫さんの報告の後、出席者がそれぞれ提出した「ヒヤリハット」事例を、みんなで検討。大きな事故につながらないようにするためにどうするか、全員が積極的に意見を出し合う、有意義な研修会となりました。

「活動のしおり」使い、新入会員研修会

6 月 1 日開かれた、2011 年度第 1 回の研修会には、4 月・5 月の新入会員 3 人(中良夫さん・鶴飼稲子さん・土屋満江さん)が出席。会の理念・目的、ふれあいサービスのルールの講義を受け、理事と懇談しました。



サービス提供責任者の森田トミエさん(後列中央)の司会で、参加者は熱心に検討を行う。

会のホームページが新しくなりました。「ふれあいネットまつど」で検索してください。

熱中症予防

声かけプロジェクト

(はじめに)

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。本会では、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の？

- 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て、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。
- ④ 頑固・無理をしてしまう。

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きにくい。熱中症予防の要は水分補給。喉が渇かなくても「ちゃんとこまめに水分をとりましょう」とみんなで声かけをしましょう。

みんなで
5つの
声かけ

その2 温度に気を配っていますか？

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しましょう。

・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？

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。からだの熱いな、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、日傘帽子で日射対策を。屋内は軽装で。

その4 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!

サービス中の熱中症予防対策について(お願い)

1. 移動サービス(ふれあいサービス・障がい福祉移動支援)を行っているとき、利用会員と協力会員の熱中症予防対策として、車内のエアコンをかけさせていただきます。
2. 在宅サービス(ふれあいサービス・介護保険)を行っているとき、協力会員の健康を守るため、エアコン・扇風機をかけてくださいますよう、お願いします。
3. サービス活動従事中に、サービス提供者(協力会員)が、持参のペットボトルなどから水分補給をさせていただくことがあります。以上、ご協力をお願いします。