

社協だより

たるい

2020.7
第119号

けやきの家で育てている夏野菜



百合の花も綺麗に咲いています



福祉会館事務所の受付に
ビニールシートを設置しました

おもな内容

- 紹介 ▶ 新型コロナウイルス影響下のサロンを考える (P.2～3)
- 紹介 ▶ コロナ禍の影響を受けて…………… (P.4)
- 紹介 ▶ けやきの家畑作業…………… (P.5)
- 紹介 ▶ 福祉のそら豆知識、脳トレ茶屋…………… (P.6)
- 紹介 ▶ 第三者委員紹介…………… (P.6)
- 紹介 ▶ 生活福祉資金(特例貸付)のご案内…………… (P.7)
- 紹介 ▶ 生活困窮者自立相談支援事業のご案内…………… (P.7)
- 募集 ▶ 在宅介護者のつどいにご参加ください…………… (P.8)
- 心配ごと相談日、
おもちゃ病院たるい診療日のご案内…………… (P.8)
- 脳トレ茶屋答え…………… (P.8)
- 報告 ▶ 善意のご寄付ありがとうございました…………… (P.8)

令和2年7月1日発行

編集発行
社会福祉法人 垂井町社会福祉協議会
不破郡垂井町1305番地の2 (垂井町福祉会館)
TEL (0584)23-3335 FAX (0584)22-2714
ホームページ <http://www.tarui-shakyo.jp>
E-mail info@tarui-shakyo.jp

新型コロナウイルス影響下のサロンを考える

新型コロナウイルスの影響でサロンなど通いの場が休止となっていました。緊急事態宣言が解除され、「新しい生活様式」のもと通いの場の再起動が始まりつつあります。

とはいえ、サロンなど通いの場を開催するには、新型コロナウイルス感染拡大防止対策を十分に行なうことが必要です。

サロン開催時の注意点

サロンなど人が集まる所は、感染リスクが高まり、**3密(密閉空間・密集場所・密接場面)**が揃いやすいです。
適切な感染予防対策をしながら、楽しいサロンにしましょう！

- ・ 3密を回避する。
※頻繁に換気をする、大人数で集まらない、人と人との距離の確保など
- ・ 手洗いや消毒、マスクの着用などを徹底する。
- ・ 食事は原則行なわない。水分を持参してもらう。
※飲食を行なう場合は、使い捨ての紙容器を使用したり、個包装の菓子を提供する。
- ・ 参加者の把握をする。(氏名・連絡先など)

感染症拡大防止に
ご協力ください

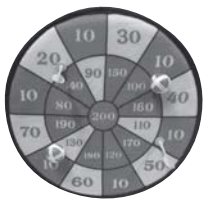


サロンなど通いの場は3密となりやすく、適切な対策を施した上で開催を進めていくことが必要です。これらの注意等を踏まえて、これまでのようなサロンを開催することはなかなか難しいかもしれません。これまでのやり方にとらわれない、新しいサロンの開催方法のアイデアがあれば、是非試してください。

- たとえば
- ・ 訪問や電話などで参加者とお話する。
 - ・ 屋外でサロンを開催する。
 - ・ ウォーキングをする。 などなど…



～社協では、新しいアイデアのヒントにいただけるような備品を多数揃えています～
こうした備品を、訪問してサロンを行なう際などにも是非活用ください。



ソフトダーツ



黒ひげ危機一髪



ボウリングセット



元祖モグラたたきゲーム



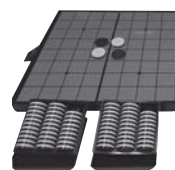
ジャンボサイコロ



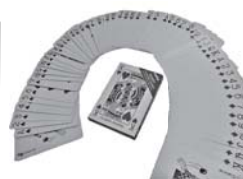
いろはかるた



将棋



マグネットオセロ



巨大トランプ



福笑い

その他 ・ プロジェクター・スクリーン・懐かしの映像やお笑いDVD などなど…

外出を控え、家で長い時間を過ごすようになると、「動かない状態(生活不活発)」が続くことにより、健康への影響が危惧されます。「動かない状態(生活不活発)」により、フレイル(虚弱)が進んでいきます。(フレイルについては、社協だより114号(令和元年9月1日発行)の福祉のそら豆知識で紹介しております。是非ご覧ください。)

心身の機能低下を招かないために、体操やレクリエーションを一緒に行なったり、コグニサイズに挑戦してみましょう。家で簡単にできる運動を紹介します。是非ご家庭で試してみてください。

ひざ

ひざ伸ばし運動

- ①椅子に座って、片方のひざを伸ばします。
- ②伸ばしきったところで3秒間止め、ゆっくりと下ろします。
- ③反対の足も行ないます。



ふくらはぎ

かかと上げ運動

- ①なるべくひざを伸ばしたまま、かかとを上げます。
- ②そのまま背伸びをした状態で5秒数えます。
- ※後ろや前に倒れそうなときは、椅子や壁など掴まるものを準備しましょう。



1つの動作を【10回×3セット×1日2～3回】行なうことが目安です。痛みや不調を感じたら中止してください。無理はせず、体調に合わせて行なってください。

足腰

椅子からの立ち上がり

- ①足の裏がしっかり付くように座ります。
- ②「1.2.3.4」でゆっくりと立ち上がります。
- ③「5.6.7.8」でゆっくりと椅子に座ります。



握力

タオル絞り

- ①乾いたタオルを絞ります。
- ②持ち手を反対にして絞ります。
- ③雑巾のように絞ります。
- ④逆方向に絞ります。



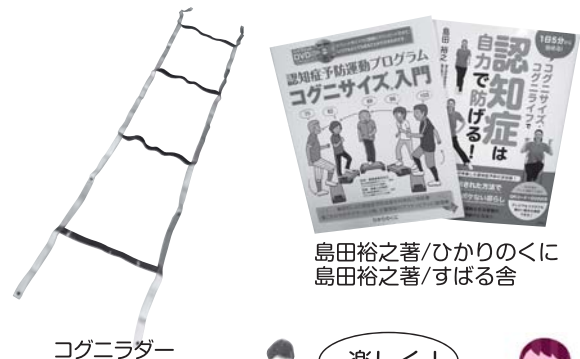
参考書籍などもご活用ください

レクリエーション関連



長野祐亮著/RittorMusic・NPO法人オフィスリブスタイル著/ナツメ社
尾陰由美子著/西東社・能村昭子著/あおぞら音楽社
三瓶あづさ著/日本文芸社
加藤翼・アゼリーグループ社会福祉法人江寿会著/ナツメ社
ジナブソロジー普及会著/西東社

コグニサイズ関連



コグニラダー

楽しく!

「コグニサイズ」とは？

認知症予防を目的とした取り組みです。コグニション(認知)とエクササイズ(運動)を合わせて「コグニサイズ」と言います。今後、地域でも展開していきます!



コロナ禍の影響を受けて ～生活にさまざまな工夫～



◀内側にも柄の入った
立体型マスク



▶鼻の形に合わせられる針金入り

手作りマスク



垂井町デイサービスセンターでは、新型コロナウイルスの感染予防対策として、手洗い・アルコール消毒・テーブルなど共用部分の消毒除菌・職員のマスク着用・出勤前の検温等を徹底し、安全にご利用いただくための取り組みを行っております。また、当センターをご利用の皆さまには、マスクを着用していただいております。
中には、手作りのマスクを着用されている方もいらっしゃいます。どれも可愛らしい柄で丁寧に作られた素敵なマスクばかりです。

写真のマスクは
利用者の方の
手作りです。



防護服



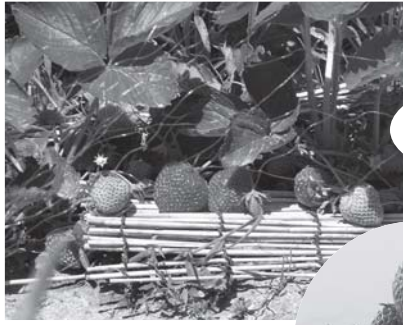
訪問介護事業所では、新型コロナウイルス感染拡大に伴い、感染蔓延防止のため、手指消毒、手洗いを通常時以上に徹底するようにしました。

現在、ハンドソープと使い捨て防護服を持ち運ぶようにしています。防護服は、利用者の方が高熱の場合や、咳や嘔吐などの症状があるときに着用し、必要なお手伝いをさせていただくためのものです。これは、ヘルパーが様々な感染症の感染源とならないための対策です。

**ウイルスを持ち込まない、
持ち帰らない**

をモットーに、日々のケアを行っています。





収穫できた
イチゴです



今年度、垂井町福祉事業所けやきの家では、新型コロナウイルス感染症拡大に伴い、通所時の消毒や検温、施設での換気や利用者間の距離の確保などの対策を行っています。
年度の多くの行事も中止する中、利用者の皆さんの楽しみの一つとして、イチゴの収穫・試食を行いました。初めての試みでしたが、施設内外の方々にご協力を頂き、無事、美味しいイチゴを収穫することができました。ありがとうございました。



けやきの家の畑作業 ～イチゴ収穫～



毎日の水やり

イチゴの収穫

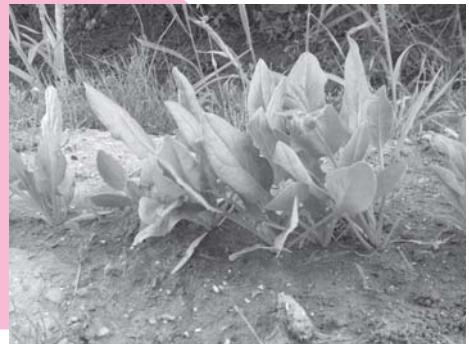


自分たちで育てた物を食べる楽しさを感じてもらえるように、イチゴを含め、畑で作っている物は利用者の皆さんが毎日の水やりや、草取り、収穫も行っています。

けやきの家では、玉ねぎやそら豆、ほうれん草も育てており、夏には夏野菜、秋にはサツマイモを作る予定をしています。また、収穫したサツマイモを使ったハロウィンパーティーも計画しています。



そら豆



ほうれん草

福祉のそら豆知識

今回は、皆さんもご存知の「点字」の豆知識をご紹介します。

◎「点字」とは

視覚に障がいのある方々が触って読む文字です。墨字(書いた)り印刷されている文字と同じ役割を持っています。点字は、縦3点、横2点の6点の組み合わせで作られています。左側の3点で母音、右側の3点で子音を表します。

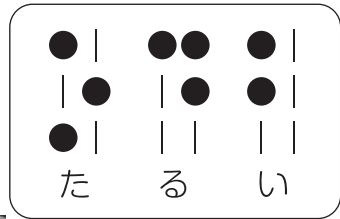
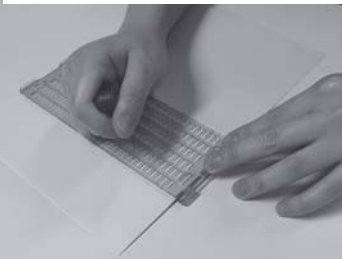
◎「点字」の歴史

1890 11.1	1890	1887	1854	1825	以前
日本	日本	日本	フランス	フランス	フランス
日本で正式に採用	石川倉次が日本語の点字を考案	点字が日本に入る	フランスで正式に採用	ルイ・ブライユが視覚障害者用の文字に改良し、6点で表す点字を考案	軍人用 夜間でもさわって読める暗号文字として使用

今年はいつとも違う夏休み。福祉学習の一つとして「点字」を学んでみませんか？
垂井町社協では、「点字セット」も貸出しています。ぜひ活用ください！



▲点字セット



脳トレ茶屋



●と■に入る漢字は何でしょう？
イラストがヒントです！

① 雨○れ石を穿つ
「ちりも積もれば山となる」と似ています。



② ○の中の蛙大□を知らず
広い世界があることを知らずに、自分の周りの狭い見識や知識にとらわれていることのたとえ。



③ 親と□夜はいつも良い
どちらも安心できるためありがたいこと。



組み合わせでできる漢字は

○○と□□

答えは8ページ

第三者委員紹介

社会福祉法人垂井町社会福祉協議会苦情解決
第三者委員を紹介します。△順不同・敬称略▽

岩田 孝行

桑原 きよ子

任期

令和二年三月二十四日～令和四年三月三十一日

生活福祉資金（特例貸付）のご案内

緊急小口資金

対象者	新型コロナウイルスの影響を受け、収入の減少があり、貸付を必要とする世帯
貸付上限額	20万円以内
据置期間	1年以内
償還期限	2年以内
貸付利子	無利子
保証人	不要
申込先	・垂井町社会福祉協議会 ・東海労働金庫 ※郵送のみ ・一部の郵便局 ※窓口への持参のみ

総合支援資金

対象者	新型コロナウイルスの影響を受け、収入の減少や失業等により生活に困窮し、日常生活の維持が困難な世帯
貸付上限額	単身世帯 月15万円以内 2人以上世帯 月20万円以内
貸付期間	原則3ヶ月以内
据置期間	1年以内
償還期限	10年以内
貸付利子	無利子
保証人	不要
申込先	・垂井町社会福祉協議会

お申込みをご希望の場合は、事前に必ず受付窓口にお電話いただきますようお願いいたします。

- ・垂井町社会福祉協議会 ☎(0584) 23-3335
- ・東海労働金庫 緊急小口資金取次センター ☎(052) 265-6677
- ・垂井郵便局 ☎(0584) 22-0137

～岐阜県生活困窮者自立相談支援事業のご案内～

相談無料
秘密厳守

生活支援相談センターをご利用ください

一人で悩まず、まずはご相談ください

専門のスタッフがあなたの悩みごとや困りごとに寄り添って、どうしたら良いか、一緒に考えていきます。お気軽にご相談ください。

こんなことでお困りではありませんか？

仕事



生活



健康



お金



連絡先 ○岐阜県生活支援・相談センター 西濃支所
〒503-0838 大垣市江崎町422-3 西濃総合庁舎 5階
無料電話 0800-200-2532

○垂井町社会福祉協議会
〒503-2121 垂井町1305-2 垂井町福祉会館内
☎0584-23-3335

開設日時:月～金曜日 8:30～17:15
(ただし、祝日・年末年始(12月29日～1月3日)を除きます)

