

2022年

8月

## 八木山地区社協 まちの福祉便り ささえあい



八木山地区社会福祉協議会 会長 角弘二

事務所：つつじが丘4-6 ☎ 377-3400

2022.8.1

6月  
18日

災害

八木山地区では'え 防災講演会開催  
何を備えなければならないか

松塚さんの講演

「たくさんの資料に基づいたお話で、よく理解できました」

「地震が近いという。また土石流の心配もしていた。お話を聞いて、備えるべきことを教えていただき、ほっとできました」

……準備できているものにチェックしましょう……  
大規模災害時には3日間は自力で、  
また互いにささえあって生きるために必要なもの

- 飲料水 一人1日3L □懐中電灯 □携帯ラジオ  
□予備電池  
□食料 □パックごはん □缶詰 □ビスケット類  
□トイレットペーパー □ティッシュペーパー  
□マッチ □ろうそく □カセットコンロとボンベ
- 会場からの意見 //////////////////////////////////////
- トイレの水も必要ですね
  - 揺れの体験を子どもたちにさせてやりたい。  
計画してほしい。

## 第3回 ノルディックウォーキング受講者 募集

少々の歩行困難者も、ポールのサポートがあるので、参加可能です。  
全日程修了後は、第1回・2回の修了者と共に歩きましょう。

日程 ◆ 9月2・6・9・13・16・20・23・27・30日(火・金)

時間 ◆ 9時～11時 約90分、全6回

費用 ◆ 受講料・ポールレンタル料 0円

講師 ◆ ハッピーノルディックウォーキング講師 定員15名

場所 ◆ 松田公園・ささえあいの家集合

➡バス等を利用して各務原公園へ

申込 ◆ 8月10日までに、ささえあいの家へ電話(☎377-3400)

またはメモ投函

第1回の皆さんの練習風景▶



## ! 地震に最も必要な備え

・家具の転倒防止は必ずすること・・・65歳以上独居の人は  
市が3棟まで無料で転倒防止金具を取り付ける。

……………ささえあい活動にも申し込みをどうぞ

- ・危険な落下物は場所を移動しておく
- ・寝室のカーテンは必ず閉める
- ・倒れて出口をふさぐ家具は、向きを変えておく
- ・手の届くところに懐中電灯やスリッパを置く
- ・飛散防止フィルムによる食器棚などのガラスの保護

## 8月 ささえあいサロンスケジュール

◆小中学生の皆さん 夏休み中いつでも勉強に使ってください。◆アルミ材取集 10日です。

☎ 058-377-3400 平日/午前10時～午後15時まで  
ささえあい活動の申し込みもどうぞ

| 月                        | 火                     | 水                      | 木                   | 金                    |
|--------------------------|-----------------------|------------------------|---------------------|----------------------|
| 1<br>囲碁・将棋               | 2<br>作って食べよう<br>300円  | 3<br>ご自由にお使いください       | 4<br>パソコン<br>スマホ相談  | 5<br>囲碁・将棋           |
| 6<br>ご自由にお使いください         | 7<br>すみの集い            | 8<br>ご自由にお使いください       | 9<br>体リセット講座        | 10<br>ご自由にお使いください    |
| 11<br>8                  | 12<br>9               | 13<br>10               | 14<br>11            | 15<br>12             |
| 16<br>10時<br>囲碁・将棋       | 17<br>作って食べよう<br>300円 | 18<br>四葉の会の集い          | 夏休み                 |                      |
| 19<br>13時<br>ガーゼハンカチ作り   | 20<br>ご自由にお使いください     | 21<br>認知症茶話会           | 夏休み                 |                      |
| 22<br>15                 | 23<br>16              | 24<br>17               | 25<br>18            | 26<br>19             |
| 27<br>10時<br>夏休み         | 28<br>夏休み             | 29<br>包丁研ぎ300円         | 30<br>パソコン<br>スマホ相談 | 31<br>囲碁・将棋          |
| 32<br>13時<br>河合さんの脳トレ    | 33<br>体リセット講座         | 34<br>ご自由にお使いください      | 35<br>22            | 36<br>23             |
| 37<br>24                 | 38<br>25              | 39<br>26               | 40<br>27            | 41<br>28             |
| 42<br>10時<br>囲碁・将棋       | 43<br>作って食べよう<br>300円 | 44<br>英語で遊ぼう           | 45<br>絵手紙100円       | 46<br>囲碁・将棋          |
| 47<br>13時<br>フレイルチェック    | 48<br>ご自由にお使いください     | 49<br>介護保険の<br>使い方を知ろう | 50<br>体リセット講座       | 51<br>大谷さんの<br>障がい相談 |
| 52<br>29                 | 53<br>30              | 54<br>31               | 55<br>32            | 56<br>33             |
| 57<br>10時<br>囲碁・将棋       | 58<br>作って食べよう<br>300円 | 59<br>戦時体験を<br>語る会     | 60<br>34            | 61<br>35             |
| 62<br>13時<br>ご自由にお使いください | 63<br>ご自由にお使いください     | 64<br>ご自由にお使いください      | 65<br>36            | 66<br>37             |

## 語ろう 最期の迎え方

今後も継続開催します

5月  
30日「語ろう 最期の迎え方」と題し、小さな勉強会が始まりました。  
今後も毎月1回行う予定です。最期をどのように迎えたいか。本音で語り合う場です。第1回は、自宅で夫を看取られた方の体験談でした。  
その後意見交換。

- ・看取りをする、される以前から連れ合いとのコミュニケーションは大切
- ・個人としての考えを夫・妻家族にも話しておく必要がある。
- ・地域活動は若いうちからした方がよい。
- ・一人住まいの人が多く、いかに近隣の方々の力を借りることができると考えておく必要がある。
- ・日頃から意識して自分の思いを伝えておく必要を感じた。
- ・自宅で最期は難しい。
- ・家族間の心のつながりが大事
- ・どこで最期を希望?——自宅：8割／病院：2割

様々な意見が出ました。次回につなぎます。

さわやか福祉財団/インストラクター 河合さん

2日  
(火)

## 初めてのスマホ 研修会 場所/ふれあいセンター

時間/13:00～

申込期限/ 8月1日までに電話・メモ投函で

スマホは貸してもらえます。申込期間が短くてすみません。

31日  
(水)

## 戦時体験を語る会 時間/13:00～

どうぞ語って、聞かせてください。連絡いただけたら送迎します。

チョイス  
かみかみはら相乗りタクシーチョイスコが  
10月3日から走ります利用には会員  
登録が必要

説明会

▶8月5日 松が丘コミュニティセンター

▶8月29日 つつじが丘ふれあいセンター

どちらも10:00～11:30

各務原市の相乗り  
タクシーの情報の  
ページです➡





8月

八木山地区社協 まちの福祉便り ささえあい

地域みんなが  
繋がるための

# ささえあい活動通信

八木山地区社会福祉協議会 ささえあい活動部会 会長 伊藤 隆 ☎377-3400



| 活動<br>6/1～6/30 | 件数<br>(回) | 延べ活<br>動者数<br>(人日) | 利用者<br>数(人) |
|----------------|-----------|--------------------|-------------|
| 家事支援           | 2         | 2                  | 1           |
| 病院付き添い         | 1         | 1                  | 1           |
| 障子貼り           | 1         | 3                  | 1           |
| 網戸貼り           | 1         | 1                  | 1           |
| トイレ修理          | 8         | 8                  | 1           |
| 灯ろうを立てる        | 1         | 3                  | 1           |
| ゴミ出し           | 23        | 23                 | 3           |
| 壁の穴ふさぎ         | 1         | 1                  | 1           |
| 排水穴ふさぎ         | 1         | 1                  | 1           |
| 草取り            | 3         | 13                 | 3           |
| 灯器取替           | 1         | 2                  | 1           |
| バイクシート替え       | 1         | 1                  | 1           |
| 門扉修理           | 1         | 1                  | 1           |
| 配食             | 4         | 33                 | 25          |
| チャイム修理         | 1         | 2                  | 1           |
| 公園トイレ掃除        | 2         | 2                  | 1           |
| 鍋蓋つまみつけ        | 1         | 1                  | 1           |
| 包丁砥ぎ           | 1         | 1                  | 2           |
| 水栓取替           | 1         | 1                  | 1           |
| 鍬の柄取り付け        | 1         | 1                  | 1           |
| ドアクローザー修理      | 1         | 1                  | 1           |
| 上がり框塗装         | 1         | 3                  | 1           |
| 犬日よけ取り付け       | 1         | 2                  | 1           |
| 座椅子組み立て        | 1         | 1                  | 1           |
| 倉庫処分           | 1         | 2                  | 1           |
| 郵便受修理          | 1         | 1                  | 1           |
| へちまネット除去       | 1         | 1                  | 1           |
| アコーディオンカーテン    | 1         | 2                  | 1           |
| 額取付            | 1         | 1                  | 1           |
| 鉢移動            | 1         | 2                  | 1           |
| 雨戸の鍵修理         | 1         | 1                  | 1           |
| 手摺取り付け         | 2         | 4                  | 2           |
| 古紙搬出           | 2         | 2                  | 2           |
| 家具転倒防止         | 1         | 2                  | 1           |
| 移送             | 20        | 26                 | 26          |



## 剪定後の依頼者の話

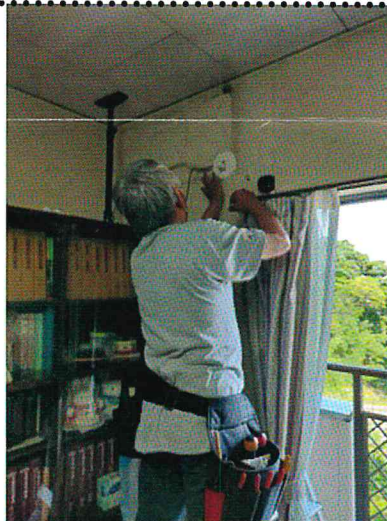
台所から庭を眺めると、3種類の木が、それぞれ個性があって、生き生きとしている。ひとつひとつの木が生きています。

枝の間がすいていることが必要だったことが分かりました。

剪定をやってもらって、良かった。満足です。

おいしいものを食べたり、旅行もしたりすればいいんだよと言われていたけれど、庭木の剪定にお金を使うっていいものだと思います。

エアコン配管の壁の穴  
業者が無料で、エアコンを  
取り外してくれたとのこと。  
しかし壁の孔は開いたままです。  
す。エアコン配管塞ぎキャッ  
プを取り付けました。



★コロナ感染防止対策をして活動中  
★困りごとができたなら

→ささえあいの家：電話 058-377-3400



## 草取り名人3人衆

草取りが多くなりました。

このお宅では、手作り腕抜きをスタッフ全員がいただきました。

傘用の生地を買ってお姉さんが作られたものだそうです。

草取り名人たちは、これはいいと大喜びで早速身に着けて草取りをしました。

真ん中の掛布さんの膝にも注目してください。腰が痛くてしゃがめないで膝をついて作業します。毎回膝は泥だらけです。

腰が痛くても参加していただけます。

写真はささえあい活動の草取り名人の3人です。



## 破れたバイクシート

長年愛用しているバイク。シートが破れた。

直せないか相談すると、ネットで探し出して取り替えてもらえた。良かった！おしりが喜んでいる。



## プチ悟朗クンの日よけ完成

4年前この家にちびちゃんが来て、小屋を作りました。

去年の日よけはよしずでした。今年はもっといいものはないかと、依頼者と共にホームセンターに行き、遮光ネットにしました。プチ悟朗くんが熱中症にかからず夏を過ごせるといいです。



## ソテツの剪定

「初夏に新芽が出る。古い葉を切る作業。今までは家族でできていたが、今年はできない」とのこと。

年々大仕事になっていったことでしょう。株も増えてきたので余分は切って捨てました。



## ささえあい八木山バス 利用された方々の声

☆いつも乗る方から電話  
「今日は乗りませんから」

連絡いただくと、いつものところにおいでにならない。おかしいなと探さなくて済みます。ありがたいです。

☆終点では満員だった。

本当に必要な人のために、元気で歩ける私は、乗車を遠慮した方がいいのかしら…という

電話もいただき、優しい心に感激。



マイナポイント  
マイナポイント

マイナポイント取得のための、  
カードリーダーをお貸しできます。  
取得のお手伝いもできます。  
連絡ください。