



# ぱっ!えりあ

ひがしまつやま市総合福祉エリア 平成24年8月20日発行 第42号



## 第12回東松山市総合福祉エリア納涼祭開催

平成24年7月28日(土)「第12回東松山市総合福祉エリア納涼祭」を開催しました。

朝からジリジリと陽射しが照りつける中、白坂自治会の皆様により、見事なやぐらが組まれました。

本番開始前の16時頃には、地域の方々が続々とご来場され、賑わいを見せていました。

祭りが始まると、白坂こども太鼓の迫力ある演奏やすみれ会、松山婦人会の皆様による「ぼたん音頭」や「やきとり音頭」などの盆踊りが、盛大に行われました。



今年も嶋村会長より、開会の挨拶をさせていただきました。



2階ご入所の市川恭三様から「猛暑を納涼祭で吹き飛ばしましょう」と力強いご挨拶をいただきました。



ご多忙の中、森田光一市長がお祝いにかけて下さいました。

会場内を回り、ご利用者・ご家族や地域の方々とは挨拶を交わされていました。



<白坂自治会こども太鼓>の威勢の良い太鼓の音により納涼祭の始まりです!



<東松山よさこい輝楽>の皆様による迫力ある演技です。シンボルの旗をたなびかせながら、会場を沸かせていました。



朝から日差しが強く照り付けていましたが、お祭りが始まる頃には暑さの中に程よい風も吹き始め、時折過ごしやすさも感じられる納涼祭となりました。多くのボランティアさんや地域の皆様・ご来賓の方々にご参加・ご協力いただき、お祭りが盛り上がりました。皆様ありがとうございました。

## \* 模擬店 \*



焼きそばやかき氷、フランクフルト、うどん等の屋台が登場し、今年も多くの方が行列を作りました。

隣のテントでは白坂団地の皆様が、もつ煮や焼き鳥などの販売を行ない、盛況の様子でした。



## \* ゲームコーナー \*



的当て・輪投げ・ヨーヨーすくいなどのゲームコーナーは、近隣の子ども達でいっぱいでした。終始賑やかな声に包まれていました。今年も様々な景品を用意していましたが、みるみる内に無くなり、多数のご来場者楽しんでいただいたと実感出来ました。

## \* 暑さ対策 \*



今年は訪問介護部門と入所部門から司会を選出しました。

大勢の方々の中での司会進行に緊張している様子でしたが、一生懸命頑張りました。



昨年使用したミストシャワーに加え、今年は西日の入り込むテントに簾を設置して、暑さ対策を行いました。ご利用者から「今年はこれがあって良いね」という言葉も聞かれました。



## \* ご利用者の様子 \*



共生型多機能センターあすみーる、グループホームかがやき、訪問介護を利用されている方々も多数参加され、お祭りの雰囲気を楽しんでいらっしゃいました。



昨年と同様に暑い時間帯の開催となりましたが、多くのご利用者がお祭りに参加され、ご家族、お仲間、職員とともに楽しいひと時をお過ごしになりました。

ご利用者のとびきりの笑顔に、職員一同事前の準備の疲れも忘れ、一緒に楽しむことができました。これからも皆様のたくさんの笑顔に会えるよう、職員一同努力してまいります。

# 《総合相談センター障害者相談支援部門》



## 当事者活動サークル ヒッキーハート



総合福祉エリア相談支援事業所では、障害のある方たちが運営するサークル「ヒッキーハート」を事務局として支援しています。今回は「ヒッキーハート」の活動を紹介します。

サークルのルールは「定例会に参加することと役割を持つこと」です。毎週第4土曜日10時半から福祉エリアの会議室で行なわれる定例会には20名前後の参加があります。定例会では「春のバス旅行は1泊して桜を見に行きたい」「日帰りでスカイツリーを見に行きたい」「カラオケを一緒にしたい人はいませんか」というように希望が出され、一緒にやりたい人がいれば実行委員となって企画を立てて参加者の募集をします。また、「就職しました、こんな仕事を頑張ってます」とか「〇〇歯医者は車いすでも入りやすいです」など情報交換が行なわれ、やってみたいという前向きな気持ちが生まれる機会になっています。今年は4月に旅行クラブの企画で「東北復興支援会津の旅」で桜満開の鶴ヶ城に行き、いつもより少し多めにお土産を買ってきました。

比企地域在住の障害のある方で「やりたい！」と言う気持ちがある方は、定例会を見学してみませんか？一緒に行動することで自分と周囲がちょっとずつ変わってくるかもしれません。



# 《地域サービスセンター共生型多機能センターあすみーる》

共生型多機能センターあすみーるは、介護保険事業と障害者自立支援法にもとづく事業、乳幼児の一時保育の事業を行っています。それぞれの場所(事業実施場所)はありますが、建物の中は行き来自由。定期的に合同プログラムも行い、子どもも高齢の方も障害のある方も、みんなで一緒に過ごす当たり前さを大切にしています。

現在、あすみーるでは、以下の事業でご利用者を募集しています！

- ☆ 小規模多機能型居宅介護(介護保険法) = 少人数の登録制で、ケアプラン作成・泊まり・通い・訪問のサービスを包括的に提供いたします(東松山市の方のみご利用いただけます)
- ☆ 地域活動支援センター(障害者自立支援法) = 仲間と話したり、自分のペースでゆっくり過ごすことが出来ます。運動などのプログラム活動も提供いたします。(比企郡市の方にご利用いただけます)
- ☆ こどもくらぶ(乳幼児一時保育) = 10ヶ月から6年生までのお子さんの一時保育を提供いたします。(東松山市在住、もしくは保護者が東松山市在勤、お子さんが東松山市に通園・通学の方にご利用いただけます)

また、介護保険事業(小規模多機能型居宅介護・認知症対応型共同生活介護)にて、職員の募集を行っています。ご高齢者の介護の仕事をしてみたい方、人と接するのが好きな方、私たちの仲間になりませんか？(24時間ローテーション勤務です。詳しくは、総合福祉エリア管理課またはあすみーるへお問い合わせください)

是非、あすみーるにいらしてみてください。ゆっくりお茶を飲みながらお話ししましょう。お待ちしております。



うどん打ち 介護保険部門



みんな一緒に！ じゃがいも掘り



富士登山 地域活動支援センター

# 《ケアサービスセンター行事紹介》

## ■入所サービス(外出レク)■

ケア・サービスセンター入所3階では、西友東松山店のフードコートへ外出レクリエーションに出かけました。6月21日(木)、27日(水)、28日(木)の3日間で26名のご利用者とご家族が参加されました。13時に西友に向け出発し、お店までの短い道のりでしたが、久々のドライブで外の景色を楽しまれていました。

到着後、お店にはたくさんのドーナツや美味しそうなおどんなどがあり、「どれにしようか」と迷って購入した物を嬉しそうに召し上がっていました。短いひとときでしたがご利用者、ご家族、職員ともに笑顔あふれる充実した外出レクリエーションとなりました。



## ■通所サービス(芋餅レク)■

通所サービスでは、今年の3月にご利用者と一緒にじゃがいもの作付けをしました。そのじゃがいもが6月に収穫時期を迎え、ご利用者と共に、エリア農園で豊かに育ったじゃがいもを収穫しました。今年のじゃがいもは出来も良く、なんと約600個も収穫できました！今回収穫したじゃがいもを使用して、7月5日(木)と7月22日(日)に芋餅作りを行いました。午前中から皮剥きやカット等の下準備を行い、午後はじゃがいもを蒸かした後、つぶして形を整えて焼き、砂糖醤油で作った特製タレをかけて美味しく頂きました。

ご利用者は、談笑しながらも真剣に調理に参加されていました。蒸かしたじゃがいもが出来上がるともちもちに大変身！焼いている時の香りを楽しんだ後、芋餅をみんなで頂きました。「じゃがいもがこんな風になるんだね。もちもちして美味しいね」等のお話もあり、たくさん召し上がっていただきました。



沢山のおいもをカいっばいつぶしたり、形を整えます



取り分け、タレをかけて完成間近です♪



とても美味しそうに召し上がっています！

# ～わたしの歴史～ 山崎園代さん

山崎園代さんは、昭和24年羽生市にて9人兄弟の三女としてお生まれになりました。お父様が新聞店を経営されていた事から幼少期は家族で新聞のチラシ入れを手伝ったり、また田畑も持っていたことから小麦など手広く作っていたので、畑の手伝いもして子供の頃から忙しい毎日を送っていたそうです。



幼少の頃

園代さんだけが兄弟の中で幼稚園に通うことが出来て、お姉さまが送り迎えをしてくれましたが、園代さんは「行くのが嫌な時があり、泣きながら通った」と懐かしそうに話されていました。また、小学校は自宅から遠く40分近くかけて歩いて通われたそうです。

中学生の時にお父様がお亡くなりになり、妹や弟もいて家計が大変だった為、東京荒川区で住み込みでクリーニング店に就職され、家族と離れて暮らす寂しさが辛かったとのことでした。3年勤めたあと、羽生に戻り洋服を作っている会社に10年勤めました。

その時は熊谷のアパートに1人暮らしをしていました。熊谷の会社に勤めている時に会社で知り合った友人にご主人を紹介され、昭和51年にご結婚、翌年の昭和52年に長男が誕生して2年後の昭和54年に次男が誕生しました。育児は大変でしたが、子供が成長される姿を楽しみにしていたとのことでした。ご主人のお父様は、厳しい方でしたが、孫の面倒は良く見てくれたそうです。お母様はおっとりしていて喧嘩もしなかったようです。ご主人も両親を亡くしてからは毎日のように仏壇に声をかけたり、好きな物を買って来たりするようになったそうです。

昨年、女の子のお孫さんが誕生しました。園代さんは、男の子が二人だったので女の子はとも可愛く思えるそうです。とてもご苦労された人生でしたので、これから楽しもうと思った時にこのような身体になってしまったと話されていました。

これからもお元気で総合福祉エリアを利用して頂きたいと思います。お話を聞かせて頂き有難うございました。



ご友人たちと(一番左)



ご結婚

## 専門職からのアドバイス

### 熱中症について



熱中症とは・・・

熱中症とは、体の中と外の“熱差”によって引き起こされる様々な体の不調を言います。気温を気にする方は多いのですが、湿度を気にかける方は少なく、気温がそう高くないのに熱中症？と思われる方も少なくないようです。この時期の湿度は要注意となります！！

熱中症は、いくつかの症状が重なり合い、短時間で重篤になることもあります。多量の発汗やめまい(軽度)から始まり、頭痛・疲労感・吐き気(中等度)、過呼吸・意識障害(重症度)と生命への危険が高くなります。

《熱中症にならないために注意すること》

- ①体調を整える：疲労時は運動や外出を控えましょう。
- ②服装に注意：通気性の良い洋服・帽子を着用しましょう。
- ③こまめな水分補給：『喉が渇いた』と感じた時には、既にかかなりの水分不足になっています。塩分・電解質バランスの取れるスポーツ飲料などを飲むことをお勧めします。ご高齢になると水分摂取量も低下するため注意して下さい。現在、脱水予防のための飲料物も多く市販で出回っています。
- ④年齢も考慮：発育途中の子供や体力衰退の高齢者は体温調整機能も弱く熱中症になりやすいため年齢を意識し、予防に努めることが大切です。
- ⑤室内環境に注意：家の中でも、暑さ対策をしなければ熱中症にかかります。熱中症の原因の一つが高温・多湿の環境です。夏場は屋外より室内のほうが熱もこもりやすく、家の中だから大丈夫は通用しません。室温・湿度の調整に注意しましょう。扇風機をかけるなどして空気を循環させて下さい。これだけでも室温・湿度への影響が出てきます。
- ⑥日頃から季節の環境に体を慣らす：暑いから・寒いからと家の中の環境(冷房・暖房のきすぎなど)を極端にしまうと、体が備えている機能が順調に活動せず、いざ外出という時に、体の不調が発生してしまう原因となります。適度な環境の中で体を慣らすことも大切です。
- ⑦何となくおかしいと思ったら、早めにかかりつけ医へご相談下さい。

無理せず、ご自身をいたわってあげて下さいね。

## ～ボランティア～



### 【踊りボランティア：松山婦人会の皆様・すみれ会の皆様】

エリアで毎月踊りや歌の発表をしていただいている、2つのグループの方々に、納涼祭の踊りボランティアに参加していただきました。

### 【夏の体験ボランティア：納涼祭】

納涼祭ボランティアで中学生15名の皆さんが、模擬店やゲームコーナーで活躍してくれました。毎年人気のあるボランティアとなっています。

< ご協力ありがとうございました >



松山婦人会の皆様



すみれ会の皆様



ゲームコーナーの中学生ボランティアさん

## ～職員紹介～



### 《通所係 岩崎 孝夫》

6月1日よりケアサービスセンターに入職させて頂きました看護師の岩崎孝夫です。今まで、病院などで働いていました。病院で経験してきた看護や介護の仕事を生かして、ご利用者のために喜んで頂けるサービスを提供できるようにがんばりたいと思います。よろしくお願ひ致します。



### 《訪問介護係 鈴木 つかさ》

6月1日より訪問介護係に配属となりました鈴木つかさです。5月末まで登録ヘルパーとして活動していました。職場のみなさんが、優しくご指導して下さいるので、とても感謝しています。ご利用者の笑顔に心癒されながら、たくさんの事を学び、一日も早く戦力となれるように一生懸命頑張りますので、どうぞよろしくお願ひ致します。



### 《ケア支援係 永田 英恵》

7月1日よりケア支援係に配属となりました理学療法士の永田英恵です。これまでは急性期・療養型病院で3年、クリニックで通所・訪問などの業務を2年間経験してきました。今回、老人保健施設、介護予防のパワーリハビリは初めてです。慣れないことも多く、戸惑いもありますが…業務を早く覚え”即戦力”を期待して下さる緒先輩方、支援を待つご利用者の力に早くなれるよう努めていきたいと思っております。よろしくお願ひ致します。



ひがしまつやま市  
総合福祉エリア

(お問合せ)

〒355-0005

東松山市大字松山2183番地

TEL 0493-21-5556

FAX 0493-25-3305

ホームページ <http://www.area.or.jp>

Eメールアドレス [fukushi@area.or.jp](mailto:fukushi@area.or.jp)

### \* 編集後記 \*

エリアの一大イベントである納涼祭を終え、暦の上では立秋を迎えましたが、まだまだ暑い日が続いていますね。先日閉幕したロンドンオリンピック、暑い夏の夜に試合観戦で熱くなった人も多いことと思います。私も日本人選手たちの活躍にたくさんの感動を与えていただきました。寝不足になった方も多いと思いますが、睡眠、食事、水分をしっかり取り、元気に夏を乗り切りましょう！

(入所係 田口)

