

ひがしうらのふくし

令和6年能登半島地震 被災地派遣報告会を開催しました



7月1日(月)～5日(金)に開催した「にじいろひろば誕生ウィーク」で、令和6年能登半島地震被災地派遣報告会を開催しました。当会では、被災地である石川県珠洲市へ災害ボランティアセンター業務の応援として、これまで3名の職員を派遣しています。

地震発生から7か月が経過しましたが、珠洲市では現在もライフラインの不通、避難所生活、震災関連死等、多くの課題が残されています。当会では、引き続き被災地への支援を継続していきます。

【被災地派遣を終えて】

「自分たちに何ができるのだろうか。」震災直後、被災地への派遣が決まったとき、実際に現地入りしたとき、戻ってから現地のニュースを耳にすると…そのたびに考えさせられます。被災地への思いを胸に、今後、知多半島で災害が起こったときのためにも、今回の被災地派遣で学んだことを当会の活動に生かしていきたいと思えます。【派遣職員より】

御礼

「にじいろひろば誕生ウィーク」期間中に30,700円の災害義援金が集まりました。ご協力いただきましたみなさまに御礼申し上げます。今回の義援金は石川県を通じて、石川県内に設置されている災害義援金配分委員会から被災されたみなさまに届けられます。

発行・編集 社会福祉法人 東浦町社会福祉協議会 \フォロー&いいね!してね/

<https://higashiura-syakyo.com/>

東浦社協 検索



@higashiura_syakyo

東浦町総合ボランティアセンターなないろ



ボランティア情報をチェック!

この広報紙は、町民のみなさまからご協力いただいた社会福祉協議会費・赤い羽根共同募金を財源としています。

こんにちは 東浦町高齢者相談支援センターです (東浦包括支援センター)

暑い夏を元気に楽しく乗り切るために!

毎年夏になると、「体がだるい」「食欲がない」「疲れやすい」等の夏バテの症状を感じる方が多くなります。高齢者は夏バテのサインに気づきにくく、症状が悪化しやすいと言われています。暑さやのどの渴きを感じづらくなり、体温調節機能も低下しているため、暑くなくても夏バテの症状が出ていれば、早めに涼しい場所へ移動する、水分を摂る等の対応をしましょう。

暑さを乗り切るには、規則正しい生活を心がけましょう。

冷たいめん類や冷たい飲み物の摂り過ぎに注意し、温かい料理も食べるようにする。1日3食きちんと食べる。こまめな水分補給。



家でできる運動や涼しい朝・晩に軽く散歩する。



入浴時はシャワーだけでなく、ぬるめのお湯に浸かり、体を温める。



室内と室外の温度差に注意!エアコンの設定温度は下げすぎないように。無理のない範囲でエアコンを活用する。



夜ふかしはせず、睡眠時間を多めに取る。



高齢者相談支援センターでは、それぞれの状態に合わせた予防プラン・介護プランを提案しています。体力・筋力が落ちてきた気がする、暑くて家にこもりがちになった等、お気軽にご相談ください。

★東浦町社会福祉協議会

ふくしの総合窓口です。どんなことでもお気軽にご相談ください。コミュニティソーシャルワーカー(地域福祉相談員)も配置しています。
住所: 東浦町大字石浜字岐路23-1(福祉センター内)
電話: 0562-84-3741 FAX: 0562-84-3737
メール: h-syakyo@ma.medias.ne.jp

利用時間: 8:30~17:15(土・日・祝日休館)

①東浦町総合ボランティアセンター なないろ

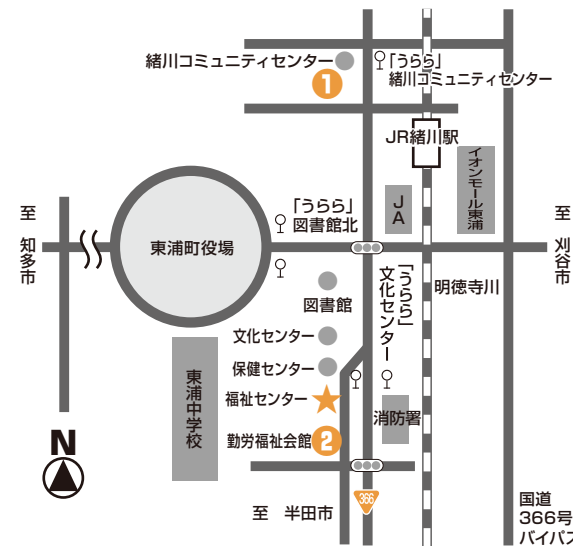
ボランティア、市民活動の総合窓口です。どんなことでもお気軽にご相談ください。
住所: 東浦町大字緒川字屋敷数区61-1
電話・FAX: 0562-51-7697
メール: nanairo@ma.medias.ne.jp

利用時間: 9:30~20:00 ※火曜日のみ21:00(日・月・祝日休館)

②東浦町高齢者相談支援センター

高齢者の介護・福祉・医療・認知症等の専門相談窓口です。
住所: 東浦町大字石浜字岐路28-2(勤労福祉会館内)
電話: 0562-82-2941 FAX: 0562-82-2945
メール: h.hokt@ma.medias.ne.jp

利用時間: 8:30~17:15(土・日・祝日休館)



至 知多市

至 刈谷市



国道366号
バイパス

9月 地域支え合いセンター『にじいろひろば』

開所日はいつでも総合相談開催
にじいろひろばは、身近なふくしの相談も受け付けています。
くらしの困りごと、地域の困りごとをお気軽にご相談ください。

月 MON	火 TUE	水 WED	木 THU	金 FRI
2	3	4 9:30~11:30 ひだまりカフェ (認知症カフェ) にじいろ体操 1部 13:30~14:15 2部 14:30~15:15 13:30~16:00 ◎おれんじ月間特別企画 福祉用具展示会	5 13:00~16:00 若者ひろば	6
9 10:00~11:00 ◎子育てサロン ベビーヨガ ~Angel Smile~ 【要予約】首すわり~1歳半 8組まで	10 13:30~14:30 脳トレ教室 遊びの日 ~きらめき☆ふれんず~	11 9:30~11:30 ひだまりカフェ (認知症カフェ) にじいろ体操 1部 13:30~14:15 2部 14:30~15:15	12	13 13:30~14:30 ◎子育て世代の防災講座 ~防災ママかきつばた~ 【要予約】20人まで
16 休館日	17 10:00~11:00 しょうべいさんと ウクレレを楽しもう♪ ※募集は終了しています	18 9:30~11:30 ひだまりカフェ (認知症カフェ) にじいろ体操 1部 13:30~14:15 2部 14:30~15:15	19 13:30~15:30 麻雀の日 ~雀笑クラブ~	20 13:30~15:00 ◎健康づくりプログラム 【要予約】20人まで
23 休館日	24	25 9:30~11:30 ひだまりカフェ(認知症カフェ) ミニ講座 「みんなで考えよう 「これからの認知症」 にじいろ体操 1部 13:30~14:15 2部 14:30~15:15	26 13:30~15:00 うたごえサロン ~さるすべり~	27 認知症社会参加体制整備事業 ミンナ de カレーライス 11:30~12:30 予約不要 25食無くなり次第終了 1食200円
30	9月は2つのテーマでお届けします 防災月間&認知症啓発月間 この機会にぜひ一緒に学びましょう! 認知症関連の書籍コーナーを 常設しているよ!		オープン 月曜日~金曜日 (祝日除く) 9:00~16:00 どなたでも気軽に立ち寄り 自由にお過ごしいただけます。	◎ テーマをご確認ください。 ・参加費は指定がない限り、無料です。 ・【要予約】のある企画は事前予約が必要です。 予約は8月5日(月)から問い合わせ窓口または電話で 受け付けます。 ・予告なく内容を変更及び中止することがあります。 あらかじめご了承ください。

9月のテーマ

4日(水)「おれんじ月間特別企画 福祉用具展示会」アサヒサンクグリーン福祉用具センター名古屋
9日(月)「ベビーヨガ」 Angel Smile
13日(金)「子育て世代の防災講座」 防災ママかきつばた
20日(金)「ベジチェックから考える。野菜をどれだけ食べればいいのか?」 南生協病院 管理栄養士 村元 冴衣

9月のにじどん

4日(水)・10日(火)・18日(水)
11:30~13:00
1食300円

『にじいろひろば』は、町民のみなさまからご協力いただいた赤い羽根共同募金を財源としています。

【主催・問い合わせ】東浦町社会福祉協議会 ☎0562-84-3741 東浦町大字石浜字岐路23-1(福祉センター)

【8月】福祉センター アラカルト (参加費：無料)

居場所	1日(木)、15日(木) 13:00~17:00	不登校・ひきこもりをはじめ、日々の生活に生きづらさを感じている本人や家族が、思い思いの時間を過ごせるフリースペース(若者ひろば)を提供しています。一歩踏み出して、誰かと時間を共有してみませんか。まずは相談だけでもどうぞ!長年にわたり支援に携わってきた心の相談員が寄り添います。家族のみの相談も可能です。(個別相談は要予約)
臨床心理士相談	6日(火)、27日(火) 12:00~15:00	臨床心理士による不登校やひきこもりに関する相談をお受けします。抱えている不安や悩みがありましたら「こんなこと・・・」と思わず、お気軽にご相談ください。(要予約 1人30分程度)

【問い合わせ】東浦町社会福祉協議会 ☎0562-84-3741

楽しく学ぼう! KURUMA・ザ・トーク 車座vol.1

eスポーツの可能性

若者を中心に浸透する文化、そしてコロナ禍によってここ数年でさらなる成長を遂げているeスポーツ。しかし、実際のところどのようなものか分からない、という方も多いのでは? そんなeスポーツについて、初歩的などころからお伝えします。eスポーツのこれまで、そしてこれからを一緒に楽しく学びましょう!

【ゲスト講師】

一般社団法人 愛知eスポーツ連合



しおた なおみち
塩田 直道 氏

元文部科学省官僚。現在はプロのeスポーツプレイヤーとして活躍する傍ら、愛知eスポーツ連合事務局長、eスポーツ高等教育院の講師としても活動している。

日時 8月17日(土) 13:30~15:00

場所 東浦町総合ボランティアセンター
なないろ

対象 東浦町内在住・在学・在勤の方

定員 20名【先着順】

参加費 無料

【申し込み・問い合わせ】

東浦町総合ボランティアセンター
なないろ

☎ 0562-51-7697
メール:nanairo@ma.medias.ne.jp
開館時間:9:30~20:00
(日・月・祝日休館 ※火曜日のみ21:00まで)

eスポーツの
体験会もあるよ!

“もったいない”を“ありがとう”に

フードドライブにご協力ください

フードドライブとは、ご家庭にある「もったいない食品」をご寄付いただき、生活に困っているご家庭や福祉団体、子ども食堂等へお届けする取り組みです。みんなで食べて食品ロスを防ぎながら、地域のつながりを深めていきましょう。

○ご寄付いただきたい食品

- ・お米(精米済み、パックご飯)・缶詰、瓶詰・飲料(ペットボトル、缶等)・インスタント食品・レトルト食品
- ・乾麺(ラーメン、パスタ、そば等)・お菓子・調味料(砂糖、醤油、食用油等)・ベビーフード、粉ミルク・災害備蓄食品

×受付できないもの

- ・賞味期限が1か月を切っているもの、明記されていないもの・開封済みのもの
- ・冷凍、冷蔵、生鮮食品・アルコール類・医療用医薬品

東浦町社会福祉協議会、東浦町総合ボランティアセンターなないろにて常時受付しています。また、夏休み中の食事でお困りの方は、お気軽にご連絡ください。

【問い合わせ】東浦町社会福祉協議会 ☎0562-84-3741

ひがしうらおすそわけ隊

ひがしうらおすそわけ隊は、買い物・ゴミ出し・掃除・話し相手等のふだんの暮らしの「ちょっと困った」を個人のできる範囲でお手伝いする地域のサポーターです。

おすそわけ隊養成講座を開催しました!

7月4日(木)に「おすそわけ隊養成講座」を開催しました。当日は22名の方にご参加いただき、おすそわけ隊メンバーの合計登録数が133名を突破しました!

当日はおすそわけ隊メンバーである「越間さん」をゲストにお呼びしました!

<おすそわけ隊のすゝめ(講義)>

4人に1人が65歳以上の社会ですが、いくつになっても「役割」や「参加」等が実感できるような生活が送れるよう、地域にささえあいの輪が広がることが大切であると受講者のみなさんと共有することができました!

<助け合い体験ゲーム>

「たすけて」を発信することは、「意外と難しい」ということや「たすける側」「たすけられる側」の気持ちを実感する、よい機会となりました。



おすそわけ隊
越間 マリ子さん



これからは地域のみなさんと一緒に「ささえあい」や「つながり」を広げ、「あんきに暮らせるまち 東浦」を目指しましょう!

【問い合わせ】
東浦町総合ボランティアセンターなないろ
☎0562-51-7697



▲おすそわけ隊養成講座の様子