

## 相談日のお知らせ

### 「心配ごと相談」

一人で悩まず、誰かに話してみることで解決の糸口が見つかることもたくさんあります。

本耶馬溪町民生児童委員さんが“心配ごと”の相談に応じてくれます。お話してみませんか？

10月21日(水) 9:00～12:00 社協  
13:00～16:00 支所

※10月は午前と午後の2回開催です。

※心配ごと相談と行政相談会は合同開催です。

### ほっとテラス(医師による)

悩み心配ごとで不安な毎日を過ごしていませんか？誰かに話しを聴いてもらいたい…心の声を精神科医が聴いてくれます。相談希望の方は、事前に予約をお願い致します。

(場 所) 中津市教育福祉センター

(相談日) 奇数月第2水曜

14:00～16:00

連絡先☎ 23-2095 (地域福祉課)

※「心配ごと相談」は、新型コロナウイルスの感染拡大の状況により変更となる場合があります。

事前にお問い合わせをお願いします。

連絡先☎ 53-2255 (社協本耶馬溪)

## お知らせ

### 中津市地域包括支援センター社協のサテライト事務所が設置されました

中津市地域包括支援センター社協では、新型コロナウイルス感染症の拡大防止のため、令和2年8月1日より本耶馬溪総合福祉センター内にサテライト事務所を設置することになりました。職員4名が勤務し、三光・本耶馬溪エリアを主に担当します。

介護や福祉などのご相談のある方はお気軽にお問合せください。



#### ～地域包括支援センターとは～

高齢者の暮らしを地域でサポートするための拠点として、介護だけではなく福祉、健康、医療など様々な分野から総合的に高齢者とそのご家族を支える基幹です。包括支援センター社協では、障がいのある方のご相談も受け付けています。

中津市地域包括支援センター社協 (サテライト事務所)

(中津市高齢者相談支援センター)

住 所：中津市本耶馬溪町折元1247番地

(中津市本耶馬溪総合福祉センター)

電 話：26-8833 F A X：53-2253

#### ～へんしゅうこうき～

9月に入っても厳しい暑さが続いています、皆さんいかがお過ごしですか？

今年は新型コロナ感染予防のためマスクを着用するせいか、例年よりさらに暑さが身に沁みます。日中少しの時間外に出ただけでも、汗びっしょりです。この暑さはまだまだ続きそうなので、引き続き熱中症対策が必要です。水分補給と塩分補給、十分な睡眠をとって、熱中症を予防しましょう！

地域福祉推進係 じょうと けいこ

ちいき福祉だより

# にじのほし

【発行元】

中津市社会福祉協議会本耶馬溪 地域福祉課

〒871-0312 中津市本耶馬溪町折元1247

中津市本耶馬溪町総合福祉センター内

TEL: 53-2245 FAX 53-2253

2020年9月15日号

(通算 第37号)

## 令和2年度 社会福祉協議会会費の

## ご協力ありがとうございました

今年も自治委員や班長の皆さまのご協力で社会福祉協議会会費を地域の皆さまよりいただきました。皆さまから寄せられた会費は、住み慣れた本耶馬溪で「誰もが安心して暮せる支え合い活動」を進める住民福祉活動や福祉サービスを実現するためのとても貴重な財源となっています。皆さま方のご協力に感謝を申し上げます。ありがとうございました。

### 令和元年度会費実績 (本耶馬溪地区) 949,000円



### 令和2年度会費実績 (本耶馬溪地区) 960,000円

※会費はこれらの活動に使われています (活動の一部抜粋)



寄り合いの場 (サロン)



本耶馬溪町ふれ愛ネットワーク  
(見守り・訪問活動)



広報誌の発行



見守り赤飯配布

## 各団体のコロナ感染予防への取り組み

3密を避けるため、屋外で開催された定例会の様子



本耶馬溪民生児童委員青空定例会



有償サービスひまわりサービス定例会

各サロンの感染対策の様子



食事にパーテーションを設置  
(はちどり庵)



受付での手指消毒と検温  
(にこにこサロン下曾木)



社協職員による感染予防の説明

## 熱中症対策

熱中症は予防が大切です

1 に水分補給! 2 に塩分補給! をしましょう

### こんな症状の時は気をつけて!

- めまいや顔のほてり
- 筋肉痛や筋肉のけいれん
- 体のだるさや吐き気
- 汗のかきかたがおかしい
- 体温が高い、皮ふの異常
- 呼びかけに反応しない、まっすぐ歩けない
- 水分補給ができない



### 重要! もし熱中症かな?と思ったときは

- ・涼しい場所へ移動しましょう
- ・衣類を脱がし、体を冷やして体温を下げましょう
- ・塩分や水分を補給しましょう
- ・自力で水を飲めない、意識がない場合は、直ちに救急車を呼びましょう

暑さがやわらいでくる時期ですが、9月は台風や雨が多く、湿度が高くなることもあり、熱中症に引き続き注意が必要です。

## 寄り合いの場 (サロン) の紹介

遊びにこんがえ?  
サロンは楽しいでえ



### やかたいきいきサロン

(場 所) やかた田舎の学校  
(開催日) 毎月第4火曜日  
(対象者) 東西屋形地区の方

- 一緒に体操したり...
- 一緒にご飯を食べたり...
- 一緒にお話やゲームをしたり...



### にこにこサロン下曾木

(場 所) 下曾木集会所  
(開催日) 毎月25日  
(対象者) 下曾木地区の方

みんなで集まって楽しい時間を過ごしています♪



### たのしみ会

(場 所) 多志田・冠石野自治集会所  
(開催日) 毎月第3金曜日  
(対象者) 多志田・冠石野地区の方



### 折元お楽しみ会

(場 所) 折元集会所  
(開催日) 開催日に次回開催日を決定  
(対象者) 折元地区の方



### はちどり庵

(場 所) 樋田  
(開催日) 毎週月・木曜日  
※当面の間木曜のみ開催  
(対象者) 子どもから高齢者



### ひだ悠遊サロン

(場 所) 樋田地区公民館  
(対象者) 樋田地区の方

※現在休止中

## サロン再開しています

コロナウイルスの影響で休止していたサロンが6月から徐々に再開しています。感染予防の対策として、マスクの着用、検温、換気、消毒、密にならないように間隔に気をつけながらの開催となりますが、久しぶりのサロンに皆さんとおしゃべりに花が咲きました。

サロンがお休みの間は各サロンの代表やお世話役の皆さんが訪問や電話による声掛けを続けられ、皆さんとのつながりが切れないよう見守り活動を続けてきました。

中津市社協は「寄り合いの場」活動を応援しています。「うちの地区にもサロンがあったらいいな」とお考えの方はお気軽にご相談下さい。

53-2255 (社協本耶馬溪)