

社協だより

令和5年8月15日 (第149号)

発行者
 社会福祉法人
 高山村社会福祉協議会
 TEL 242-1220
 FAX 242-1222
 印刷所
 (株) オフセット

世代間交流 七夕飾り作りを開催



参加者全員で記念撮影



みんなで協力しての網飾りや吹き流し作り



願い事を書いた短冊を笹に飾り付け

7月5日(水)、高山村社会福祉協議会では世代間交流事業として、更生保護女性会及びシニアクラブ連合会女性委員の皆さんのご協力をいただき、子育て支援センターを利用する親子の皆さんと「作ってあそぼう七夕さま」を開催しました。

今年は8組19人の親子が参加し、網飾り(天の川)や吹き流しなどを作り、願い事を書いた短冊とともに笹に飾り付けを行いました。

子どもたちは、お母さんと一緒に折り紙を切ったり、飾り付けをするなど、とても上手に仕上げる事ができました。

参加したお母さんからは「家でハサミを使わせたことがなかったが、今日はハサミを使って切る体験ができてよかった」「楽しく笹飾りを作ることができました」などの声が聞かれました。

最後に参加者全員で記念撮影し、帰宅する際には、飾り付けした笹を持ち帰りました。

主な掲載記事

社協の決算	2
小学生サバイバルご飯作り	3
デイサービスセンター七夕飾り	3
社協からのお知らせ	4
社協の役職員紹介	4



社協だよりは、赤い羽根共同募金の配分金で発行されています。

小学校わくわく村 サバイバルご飯作り

7月1日(土)、高山小学校わくわく村と高山村社会福祉協議会の共催で、小学生サマーチャレンジ「災害ボランティア講座・サバイバルご飯」を防災資器材備蓄倉庫で開催しました。

最初に、村総務課危機管理防災係の担当者から、備蓄倉庫内の案内を受けた後、調理器具が無くてもご飯が炊ける「サバイバルご飯作り」にチャレンジしました。これは、ビールの空き缶2個と燃料用の牛乳パック3個を使用し、1缶は上蓋



火が消えないよう燃料を追加

を切り取った空き缶に米120gと水を入れ、もう1缶は、かまどを作り、かまどの穴から短冊に切った牛乳パックを燃やすことで、ご飯が炊き上がります。燃料を追加するタイミン



サバイバルご飯を試食「おいしい」

グが難しく、少し遅れると火が消えてしまうため燃料投入には苦労していました。参加した親子17組の皆さんから「火を燃やし続けるのが大変」「夏休みにやってみたい」「思ったよりふくらして美味しい、苦労した甲斐があった」などの声が聞かれました。

デイサービスセンターの七夕飾り

6月26日(月)から7月7日(金)までの11日間デイサービスセンターでは、利用者の皆さんと職員により七夕飾りを制作しました。



魚や貝の折り紙を貼り付ける利用者の皆さん

動作訓練室の壁に笹の切り絵を貼った後、利用者の皆さんが書いた短冊を一つひとつ丁寧に貼りました。願い事を書いた短冊には、「めざせ百十歳」「ウナギが食べたい」「家族が健康でありますように」など、思い思いの願いが書かれました。折り紙ボランティアの方が作った魚や貝の折り紙も笹の切り絵の周りに飾りま



笹の切り絵

また、世代間交流で飾り付けした笹もデイサービスセンターに飾ってあり、本物の笹の方に目が留まり、利用者の皆さんからは、「きれいだね」と言われています。

AED職員研修会

6月23日(金)・7月7日(金)・20日(内)の3日間、保健福祉総合センターにおいて、須坂市消防署高山分署の指導の下、心肺蘇生とAEDの使い方について研修を行いました。

心臓が止まった状態の「心停止」になると1分経過するごとに、助かる割合は約10%ずつ低下すると言われています。

また、救急車が到着する時間は平均で8分7秒かかるため、救急車を待つ間に心肺蘇生法として、胸骨圧迫やAEDによる電気ショックを行うことが大変重要になると話されていました。

胸骨圧迫のポイント

①「強さ」：胸が約5cm沈む程度の強さで、しっかりと体重をかけて早く絶え間なく押します。

②「速く」：1分間に100〜120回のテンポで押します。

③「休まずに」：救急隊に引き継ぐまで続けましょう。

実際に胸骨圧迫を体験すると、強い力で圧迫しなければならず、1分間に100〜120回のテンポで圧迫することは、かなりの体力を要します。疲れてくると気がつかないうちに圧迫が弱くなったり、テンポが遅くなったりするので、常に意識して強く圧迫する必要があります。特に胸骨圧迫のみの心肺蘇生では、より短い時間で疲れてくるので、頻繁な交代が必要であることを実感しました。

また、AEDの使用方法は、音声ガイドに従い操作しますが、実際に体験すると気持ちが焦り、操作が遅くなってしまうため、繰り返し訓練が必要だと思えます。

今回の研修会で、「もしもの時にしっかり行動できるように、日頃から準備をしておくことの大切さを感じました。



胸骨圧迫を体験する職員

日赤会費の納入 ありがとうございました

会員の皆さまからお寄せいただいた会費は、66万2千500円となりました。区の役員さんを通じて納入していただき、大変ありがとうございました。

日赤会費は、地震や風水害など災害が発生した際の災害救護活動を始め、医療事業・血液(献血)事業、国

ひとり暮らし高齢者の料理教室

6月9日(金)、保健福祉総合センターでは、ひとり暮らし高齢者の皆さんを対象にシルバークッキングを開催しました。

最初に、村健康福祉課の担当者から「認知症予防の



麻婆豆腐作りに挑戦する参加者

際活動など、命をつなぐ9つの赤十字事業に利用されています。

日本赤十字社では、引き続き活動に賛同していただける新規会員を募集しています。

詳しくは高山村社会福祉協議会へお問い合わせください。

☎242-1220



食事7箇条」についてお話を聞きした後、食生活改善推進協議会の皆さん及びシニアクラブ連合会女性委員の皆さんと一緒に、「アスパラご飯・野菜たっぷり麻婆豆腐・ひじきのサラダ・わかめの中華スープ・くだもの」の5品に挑戦していただきました。

参加した皆さんからは「アスパラご飯を作るのは初めて」「麻婆豆腐は野菜が多く楽しめた」「麻婆豆腐にニラが入っているのは珍しかった」「サラダにひじきを入れることを知ったので、今度

高齢者福祉センターを 無料開放に

7月1日(土)から9月30日(土)までの3ヶ月間は、熱中症予防対策のため高齢者福祉センターを無料開放しています。

7月から9月までは気温が高くなり、熱中症の発生が懸念されます。エアコンのついた休憩室や休憩スペースで快適に過ごしていただき、健康保持に努めてください。

利用者の皆さんからは、「家に居るより快適で過ごしやすい」「汗をかいた後の風呂は気持ちいい」などの声が聞かれました。

入れてみる」などの声が聞かれました。

完成した料理は皆さんで試食し、お互い交流を深めていただきました。



上手に出来ておいしそう

令和6年度採用予定 高山村社会福祉協議会職員 採用試験のお知らせ

令和6年度4月1日採用予定の高山村社会福祉協議会職員を募集します。

③ 受付期間
令和5年7月20日(木)～8月31日(木)

① 試験区分及び採用人員
看護業務 若干名

④ 試験日
令和5年10月15日(日)

② 試験資格
平成元年4月2日～平成15年4月1日までに生まれた方で、看護師又は准看護師免許を有する方(令和5年度末までに取得する見込みの方を含む。)

⑤ 試験会場
高山村保健福祉総合センター

⑥ 勤務地
高山村アイサービスセンター

⑦ お問い合わせ先
高山村社会福祉協議会事務局

☎026-242-1220

社協役員の紹介

よろしく願います

監事

中村 義忠 山崎 隆子

評議員

浦埜 愛子 小坂橋千文
滝澤みき枝 樋口 典子
宮川千恵子 黒岩 道子
山崎 裕子 坪井林 一郎
湯本 律子 山崎 泉
西堀 節子 山岸 弘子
黒岩 隆三 松本 利昭

理事

高井 央葉 小出三千雄
善哉のぶ子 涌井 富生
小林 誠二 山田麻記子
大川 恵美 松本 和子

本誌掲載の記事について
お問い合わせ・申込先は、
高山村社会福祉協議会
☎242-1220 まで