

みんこ

播磨町民生委員児童委員協議会

マークの意味
 マークの図柄は昭和35年(1960)に公募して選ばれたものです。幸せのめばえを示す四つ葉のクローバーをバックに、民生委員の「み」の文字と児童委員を示す双葉を組み合わせ、平和のシンボルの鳩を型取って、愛情と奉仕を表しています。

22号
 (2014. 8. 1)

福祉映画会・バザー

7月5日(土)播磨町民生委員・児童委員協議会主催の福祉映画会で『アンダンテ〜稲の旋律〜』が上映されました。
 アンダンテとは音楽用語で「歩く速度でゆっくり」とを意味します。
 社会に適応できず対人恐怖症と引きこもりから抜け出そうと、新たな自立の道を懸命に模索する主人公の千華、時には立ち止まったり後退しながらもゆっくりと歩むことの大切さを私たちに教えてくれた感動の作品でした。



同時に、ゆうあい園チャリティバザーを行いました。民児協ボランティア木曜会がこの日のために、パッチワーク等の作品を心をこめて作りました。作品を通して会場へ来られた方々とのふれあいもあり、とても和やかなバザー会場になりました。
 ゆうあい園の園生や保護者が大切に育てたジャガイモや玉ねぎ、また日用品等が出品され、たくさんのご利用がありました。
 バザーや募金には多くのご協力をご頂戴ありがとうございました。

作り手 レシピ

枝豆の冷製ポタージュ (2人分)

まいにち暑い日が続いています。
 旬の枝豆を飲みやすく冷製スープで!

- ・枝豆(さや付き) 250g
- ・昆布だし200cc
- ・無調整豆乳150cc
- ・白醤油小さじ半分



1. さや付き枝豆を塩もみし、10分置く。
2. あくを水でさっと流し5~6分茹で粗熱をとり、さやかに取り出し薄皮をむく。
3. 数粒残し、残りは昆布だしと一緒にミキサーで滑らかになるまで混ぜ、最後に無調整豆乳と白醤油を加え混ぜる。

♪冷蔵庫で冷やし、残しておいた枝豆を浮かべていただきます♪

夏休み期間 巡回パトロール

- パトロール巡回日
- 7月23日(水)・29日(火)
 - 8月4日(月)・7日(木)
 - 21日(木)・26日(火)
 - 29日(金)

巡回時間
 午後5時30分~6時30分



編集後記

子どもたちの元気なあいさつ、高齢者の幸せそうな笑顔が私たちの活動の励みです。これからも読みやすい広報づくりに努めます。(K)

幸せな家庭を願って!!

赤ちゃん訪問



「児童憲章」

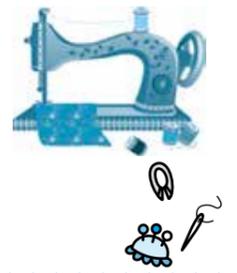
児童は、人として尊ばれる。
 児童は、社会の一員として重んぜられる。
 児童は、よい環境の中で育てられる。

2009年7月より、播磨町「こんにちは赤ちゃん」事業が始まって5年になります。

生後4ヶ月を迎える赤ちゃんのご家庭を、民生委員・児童委員と主任児童委員が訪問します。
 初めてお会いするお母さんと赤ちゃんにベテランママがわくわくしながらチャイムを鳴らします。
 すやすやと眠ってママに抱かれた赤ちゃん、大きな目を見開いてにっこりしてくる赤ちゃん、時には抱っこさせていただき昔を思い出してほっこりしています。
 核家族が多い昨今、子育てに同じような不安を持っている親御さんは少なくないと思います。
 子育て支援センターを紹介し、ママ友達が出来るよう勧めています。
 気軽に相談できるおせっかいな私たちも必要かなとも思います。
 ささやかなプレゼントを持ってお伺いします。

心のおもむくままに

最近になって、母の言葉が思い出されます。
 母は昔人間で、不器用な私に将来の為と言いつつ、私は好きでなかった洋裁を嫌々習いました。
 真っ先に母のワンピースを縫いました。笑った顔が浮かびます。
 今まで何の役にも立たなかった様に思いますがこの年になって、福祉の為に木曜会の皆さんと一緒に楽しく小物作りを始めました。母の深い愛を想い嬉しみの限りです。



(M)

認知症をくい止めよう 健康管理

認知症は今社会問題となっていますが、現代では決して他人ごとではない病です。誰もが認知症にならない保証はなく、誰にでも発症する可能性があります。認知症とは、何らかの原因で脳がダメージを受けることで記憶力・判断力が低下、その結果、日常生活に支障が出る状態です。その中でもアルツハイマー病が7割、脳血管障害が2割とこのふたつで9割を占めているそうです。

個人差はありますが、認知症となる原因は20～30年前から身体の中で進んでいるそうです。

このような状況に家族が早く気づき、受診することで進行を遅らせることができます。

本人や家族の負担が軽減されるためにも知識を得ておくことは大事なことだと思います。



※かかりやすい人の傾向

- 生活習慣病
- 糖尿病
- 脂質異常症
- 高血圧
- 寝不足・ストレス
- 視力・聴力の低下

※予防方法

- 軽い運動を行う
- 野菜・果物・青魚の摂取
- 大勢の人とコミュニケーションをとる
- 社会的接触・・・交流をはかる
- いろいろなことに興味をもつ

症状に家族が早く気付く (参考)

- ①同じことを何回も話したり聞いたりする
- ②出来ごとの前後関係がわからない
- ③服装など身の周りのことに無頓着になる
- ④水道栓やドアを閉め忘れたり、後片付けが出来なくなる
- ⑤同時に二つの作業を行うとひとつ忘れる
- ⑥薬をきちんと飲めなくなった
- ⑦以前できた家事や作業に手間取る
- ⑧計画を立てられなくなった
- ⑨複雑な話を理解できなくなった
- ⑩興味が薄れ意欲がなくなった
- ⑪怒りっぽく・疑い深くなった

このような症状に早く気付いて専門医に相談する。その他、地域包括支援センター・各都道府県の「家族会」に相談すると、詳しい情報が得られます。(NHK Eテレより)

大切な財産や権利を守るために 成年後見制度のごあんない

☆ こんなときに成年後見制度をご活用ください ☆

- ひとり暮らしの父親が訪問販売で、使うはずもない高価な品物を買ってしまい困っている
- 認知症の母親名義の定期預金を解約し、本人の入院費用にあてたい
- 身寄りがいないので、もしもの時には信頼できる人に委ねられるようにしておきたい
- 自分が亡くなった後、知的障がいのある子どもの世話を法的に取り決めておきたい

成年後見制度は、認知症・知的障がい・精神障がいなどによって判断力が不十分な人が、社会で不利や被害を受けることがないようにするための制度です。自らの生活や将来の暮らしに不安があるときは、成年後見制度を利用することを考えてみましょう。

《このような制度があります》

成年後見制度

- ※ 一人暮らしの父親が訪問販売で、使うはずもない高価な品物を買ってしまい困っている。
- ※ 認知症の母親名義の定期預金を解約し、本人の入院費用にあてたい。
- ※ 身寄りがいないので、もしもの時には信頼できる人に委ねられるようにしておきたい。
- ※ 自分が亡くなった後、知的障がいのある子どもの世話を法的に取り決めておきたい。

成年後見制度についての詳しい内容やご利用方法については、近くの地域包括支援センターまでお問い合わせください。

民生委員・児童委員の活動



校区巡回パトロール
さあ出発！危険なものはないか、落ちていないか！遊具に不具合な箇所は？危険な遊びはしていないか？
しっかり見届けて・・・



おはよう！元気やね！忘れ物はないかな？
愛犬アトムと一緒に10年間見守りを続けてきました。
元気な1年生のあいさつや上級生のにっこり笑顔にこちらも元気をもらいます。

通称 アトムのおっちゃん

知っていますか？自転車のルール！

加古川警察の指導のもと、民生委員・児童委員が自転車運転の講習を受けました。



1. 自転車は、車道が原則、歩道は例外
 2. 車道は左側を通行
 3. 歩道は歩行者優先で、車道寄りを徐行
 4. 安全ルールを守る
 - 飲酒運転は禁止
 - 並走は禁止
 - 信号を守る
 5. 子どもはヘルメットを着用
- 二人乗りは禁止
 - 夜間はライトを点灯
 - 交差点での一時停止と安全確認

交通事故が増えています。被害者にも加害者にもならないよう気をつけましょう。

いきいきサロン

本荘東地区は、平成13年に地域の高齢者の憩いの場として立ちあげられました。

第1月曜日午前10時から午後3時まで、午前中はお話タイム、その後軽食を楽しく頂き、午後からは歌やゲーム、体操や手芸等をして楽しく過ごします。一年を通しての行事は、お花見、バス旅行、クリスマス会等、地域の敬老会では余興にも出演します。

楽しいことがいっぱいサロンです。仲間作りの輪も広がります。

軽く体操をし、来月もまた元気で会いましょう・・・と声をかけあい解散します。

