

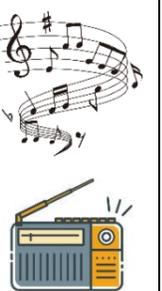


みんなで支え合おう明るい老後

『笑む笑む会』とは、一般財団法人延岡市高齢者福祉協会の愛称です

眠れぬ夜に

評議員 山下 幸子



加齢のせいでしょうか。眠れないままに朝を迎える事が多くなりました。そのような時耳元のラジオから流れてくる「深夜便」はとても助かります。

国内外の情報、遠い昔に流行っていた音楽、古代史等々の教養講座、果ては落語や短編小説の朗読といったあらゆるジャンルの番組が組まれています。いつの間にか眠ってしまうこともあります。内容に引き込まれて余計目覚めてしまうこともあります。

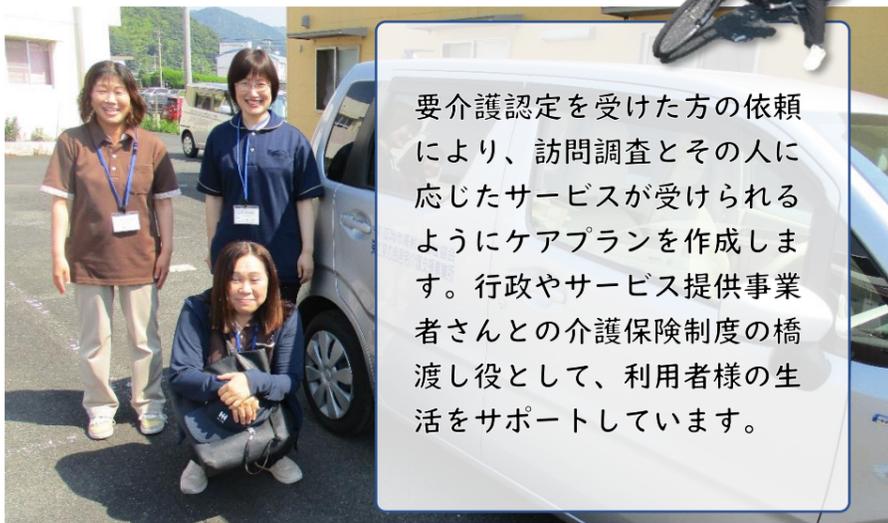
先日の夜には「認知症カフェ」という番組に出会いました。初めて聞く番組でしたが、専門家による「日常生活における認知症予防」についての話がありました。

運動の大切さ―椅子に腰かけて足ふみを行う。その際1から20までの数字を同時に声を出して数える。

同時に2つのことをすることが認知症予防に大変効果的なのだそうです。さらに少しずつ負荷をくわえていくことがより効果が上がると言われました。他に幾つかありますが大部分は夢の中でとどころしか覚えていません。ただ、コミュニケーションは大事であると力説されています。できるだけ地域の人々と話す機会を作ること。また同じ趣味を持つ者同士の交流を図ることも大切なことだと思いました。

「良い話を聞いた。明日から頑張ろう！」と心も新たに眠りにつくのですが、いつものことながら次の朝には忘れかけたようにいつもの生活を送っている筆者です。

笑む笑む会 居宅介護支援事業所です!



要介護認定を受けた方の依頼により、訪問調査とその人に応じたサービスが受けられるようにケアプランを作成します。行政やサービス提供事業者さんとの介護保険制度の橋渡し役として、利用者様の生活をサポートしています。

岡富デイサービスからのお知らせ

催し会



岡富デイサービスでは、月に1・2回、色々な団体様を招いて、催し会を行っております。ご希望の団体様がいらっしゃいましたら、ご連絡ください。

岡富デイサービス ☎21-8570 担当:橋本



介護職員!大募集!!

岡富デイサービスでは、介護職員を募集しております。私たちと一緒に、働いてみませんか? 職員も、利用者も、和気あいあいとしており、明るい職場です。ご興味のある方は、岡富デイサービスまで、ご一報ください。

岡富デイサービス ☎21-8570 担当:中村



利用者様やご家族様と話し合いを重ねるたびに、新しい発見や学びがありチームとして成長しています。やりがいいっぱい! 元気いっぱいです!!



新たに理事に就任しました。



わたなべ のりこ
渡部 紀子新理事

高齢者福祉協会の「地域の福祉は地域で支える、まもる」という理念に深く共感し、この度協会の理事をお引き受けすることになりました。

私は現在、岡富北地区社協で顧問もやっており、岡北7地区の推進チームの皆様と、健康教室や交通安全会、岡富包括支援センターでの研修、また地区の子どもたちとのG/G大会等の活動を行っています。

他にも、一人暮らし高齢者訪問や、子どもの下校時の見守り、「いきいきサロン」での百歳体操・元幼稚園教諭の経験を活かし折り紙・手遊び・童謡等「笑って、陽気に、人のため、自分のため、みんなで地域を支えよう」をテーマに健康長寿を願って活動しています。これからも皆様と力を合わせて頑張っていきたいと思いますので、よろしくお願い致します。



さえき たかのぶ
佐伯 卓信新理事

この度新しく理事に就任することになりました佐伯卓信（さえき たかのぶ）と申します。

昨年10月まで再雇用も含め66歳まで建築業関係の会社に勤め、技術・総務などを中心にやっておりました。現在富美山地区社会福祉協議会会長、富美山西区区長、コノハナロード延岡市民応援隊理事長、延岡自伐型林業研究会会長、かわあそび in 五ヶ瀬川会長を務める等、山から川までボランティア活動を全力疾走でやっています。渡部理事長はご近所さんで昔からお付き合いさせていただいており、そのようなご縁から今回理事就任を勧めてくださり、喜んでお受けしたところです。延岡市高齢者福祉協会「笑む笑む会」の事業運営の一助となるよう頑張りますのでよろしく願いいたします。

新しい職員を紹介します♪皆様、よろしくお願い致します。

デイサービス



いまむら まさひろ
今村 昌弘

趣味：読書、山登り

どちらの趣味も世界観が変わり、それは新しい自己への変貌とつながるもので、新しい発見の連続でもあり楽しいです。抱負：2年後に団塊の世代が75歳になり、超高齢化社会を迎えようとしています。増大する医療・介護需要に経済を維持することができるのか、又人材を確保することができるのか疑問視されています。現状を鑑みると厚生労働省の推奨する「生涯現役」の心持ちで、少しでも人の役に立てればと思っています。よろしくお願い致します。

デイサービス



さえき よしこ
佐伯 平子

趣味：自己流の加工食品づくり。（果物のジャム、漬物、梅干し）友人に試食してもらい「美味しい！」と言ってもらうのが楽しみです。

抱負：この度縁あり元の職場に戻ってまいりました。約11年振りなので少々不安でしたが、スタッフ皆さんの温かいフォローを頂き不安無用でした。まずは利用者みなさんの名前と顔を覚え信頼関係を築き楽しくコミュニケーションが取れるように努力します。同時に利用者の方にスタッフ皆さんから安心して任せていただける様に日々頑張ります。

デイサービス



さめじま くによ
鮫島 邦子

趣味：パッチワーク、編み物、ビーズ小物など

抱負：以前の職場と違い、利用者数と仕事内容の多さにびっくり。覚えるのに苦労しています。健康観察を行い皆様楽しく過ごせるように頑張ります。

デイサービス



つまがり りな
津曲 莉菜

趣味：5歳から始めたピアノを弾くことです。

抱負：大学で福祉について学んでいるため、福祉の現場の雰囲気を知りつつ、利用者の皆様と仲良く、楽しく過ごせたらいいなと思います。未熟な面が多いですが、頑張ります！

笑む笑むサービス



みのわ ちよみ
箕輪 千代美

趣味：旅行とダイエットです。

旅行好きの友人と各地を巡り、美味しい名物を食べ歩くのはとても楽しいですが、その後の日々は色々なダイエットに挑戦しています。抱負：5年ぶりの福祉の職場ですが、緊張を楽しみながらまずはスタッフの皆様の足を引っ張らないよう少しずつ頑張ります。

令和5年度
介護教室の開催について

9/7 (木)	現行の介護保険制度について	
9/21 (木)	「私にできる寄り添い方」 ～相手の支え方と自分のケアを考える～	
10/5 (木)	福祉ハンディキャップ体験学習 「高齢者疑似体験をしよう」	
10/19 (木)	認知症の理解	
11/2 (木)	・光触媒について ・福祉用具のレンタルからメンテナンスまで	
11/16 (木)	「健康寿命をのばす食事とは？」 ～毎日の食事から出来ること～	
11/30 (木)	口腔内の清潔保持の大切さ	
12/7 (木)	介護する側、される側「すぐに役立つ介護技術」	

会場：社会教育センター 研修室（図書館の隣の建物です）
日時：9月～12月 全8回 13:30～15:30
参加ご希望の方は、定員に若干の余裕があります。
お気軽にお問い合わせください。 ☎21-6675

笑む笑むサービス
にこにこバザーの開催について

日時：10月24日(火)10時～15時
25日(水)10時～12時
場所：北老人福祉センター2階大会議室
(延岡市山下町1丁目7番地9)

🍴🍰 カレーの販売を予定しております。(11時～14時)
※感染症の感染状況により、中止や延期になる場合があります。

ご家庭で眠っている物品等がありましたら、ご提供をお願いします！
日用品・贈答品・食品・とれたて野菜など。

- ※ 新品または新品に近いものをお願いします。
- ※ 食品・缶詰等は賞味期限内の物をお願いします。
- ※ 野菜類は前日か当日の持ち込みをお願いします。
- ※ 衣類は、着物・浴衣に限らせていただきます。

バザーの益金は笑む笑むサービス事業の活動費として役立たせていただきます。

【問い合わせ先】笑む笑むサービス ☎21-8510
北老人福祉センター ☎21-6673
延岡市高齢者福祉協会 ☎21-6675

編集後記
7月に入りいよいよ夏本番を迎え暑い日が続きますが、皆様いかがお過ごしでしょうか。外出時はもちろんのこと、室内でも適量の塩分と水分補給をこまめにとり熱中症を予防してくださいね。(甲斐)

都道府県
しりとり

「しりとり」になるように都道府県名を答えましょう。

福井→()→()→東京
栃木→()→()→神奈川



山形←(園野)←(京新)←(津)←(福井)←(京東)←(茨城)←(京都)←(京東)

笑む笑むサービスサポーター募集中！

在宅高齢者の『家事援助』や、除草作業、通院や買い物同行といった『屋外援助』サービスを行なう「サポーター」を募集しています。資格・性別・年齢は問いません。70歳以上の方も多く活動されています。なお、サービスを提供して頂いたサポーターには、サービス内容と時間に応じて活動費が支払われます。

ご自分が「出来る曜日や時間」に、「出来る事」をお手伝いしてみませんか？ ☎21-8510