

ココリンココロンの

ほほえみだより 初版

社会福祉法人豊中市社会福祉協議会 ケアプランセンターほほえみ
ケアプランセンターほほえみ桜井谷
2016年7月1日発行

暑い日が続いていますが、いかがおすごしでしょうか？

平素は豊中市社会福祉協議会ケアプランセンターほほえみ・ほほえみ桜井谷をご利用いただきありがとうございます。

さて、みなさまに大変ご迷惑をお掛けいたしました。今年4月に、事業所を再編し、現在、城山町と柴原町でそれぞれ事業を行っております。

新しい体制のもと、ほほえみ（ケアマネ 16名）・ほほえみ桜井谷（ケアマネ 5名）では、これまでと同様に市社協らしいきめ細やかな対応と地域に根差したプランでみなさまをサポートしていきたいと思っております。

今後ともよろしくお願い申し上げます。

この度『ほほえみだより』初版をお届けさせていただきました。

この『ほほえみだより』を通して、みなさまに地域情報や介護保険以外の制度などもご案内させていただければと思っております。年数回の発行にはなりますが、ご愛読いただければうれしいです。

※ 熱中症予防のワンポイント ※

体力が低下して運動量も減りますと、筋肉が減ってしまいます。筋肉には水分を保つ機能がありますので、身体に保つ水分量が減り、熱中症を起こしやすくなります。

- ・1日に食事内の水分と飲水での1.5リットルが必要です。
- ・濃いお茶は、利尿効果が強くすぐ身体から排出されます。麦茶がおすすめです。
- ・脱水を起こし始めますと食欲も低下します。

室内の温度はエアコンを利用して28度くらいで調整して、こまめに水や濃くないお茶を飲んで食欲を維持し熱中症を予防していただきたいと思います。ケアマネジャーも水筒持参で訪問させていただき、一緒に夏を乗り切っていきたいと思っております！

ちょっと情報

＜ 高齢者向け給付金＞の申請受付の期限が迫っております

申請は、もう済まされましたか？

- ・申請期間 平成28年5月2日～平成28年8月2日必着
- ・給付額 対象者1人につき3万円(1回限り)
- ・給付対象者には豊中市から申請書が送られております。

＊詳細は送付書類をご確認ください

☆★七夕まつり★★☆

毎年デイサービスでは、みなさんに短冊に
願い事を書いていただき、その短冊を竹笹に
飾り付け、後日、願いが叶いますようにと、
岡山県星尾神社へ奉納されているそうです。
今年も皆さん、楽しく参加していただけるこ
とを願っています♡



デイサービス体験(無料)お待ちしております!

シナプソロジー 体験してみました！！

ケアプランセンターほほえみでは、シナプソロジーを体験してみました。

楽しく「脳」を適度に混乱させ、認知機能をつかさどる「脳」や運動に関係した「脳」を活性化させるプログラムです。体験した私達も、最後はテンションアップしてとても楽しく過ごすことができました。これは、介護予防の一貫で、下記事業所で行っています。

興味のある方は、下記へお問い合わせしてみてください。

問い合わせ **テイサービスセンターふれあい庄本・庄本介護予防センター** ☎06-6336-0842
テイサービスセンターふれあい高川・高川介護予防センター ☎06-6335-0668

熊本地震災害支援ボランティアへ行ってきました



社協ボランティアバス企画で、5/13 日夜に出発し車中泊をして 14 日朝から夕方まで、地震による被害が大きい熊本県菊陽町と西原村に分かれて活動。家屋のがれき撤去・金属類・プラスチック類・ブロックや瓦など細かく分類しながら集積場へ持ち込むなど体力のいる作業が多く、重機も不足していることから手つかずの家屋がたくさんありました。災害支援で重要なのはタイミングとスピードですが、現場は毎日少しずつという状況なので、人的にも資金的にもまだまだ島の長い支援が必要と感じた一日でした。

豊中市社会福祉協議会
ケアプランセンターほほえみ

豊中市城山町2丁目9-3

☎06-6867-1731



豊中市社会福祉協議会
ケアプランセンターほほえみ桜井谷

豊中市柴原町2丁目1-12

☎06-6850-8459