

サロン・地域カフェ



≪一歩ずつ前に…地域づくり≫

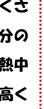
Vol.3 令和3年6月

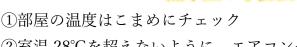
コロナにも気を つけながら…

ぬ中症にも注意しよう

これから夏本番が始まります。今年もマスクを着用したまま過ごす夏に気を付けたいのが「熱 中症」です。熱中症は7月~8月がピークになります。自覚症状の少ない高齢者の熱中症は、 症状の進行が早く、熱中症だと気付いたときには重症化していたということがあります。熱中 症を正しく理解し、適切な予防が大切になります。いきいきサロンや地域カフェの活動におい て、室内にいても室温や湿度が高いために熱中症になる場合がありますので注意が必要です。

また、マスクによる放熱 の妨げや呼吸のしにくさ による体温上昇、水分の とりにくさによって熱中 症が起こるリスクが高く





②室温 28℃を超えないように、エアコンや扇風機を上手に使う ※家庭用のエアコンは空気を循環させるだけで換気を行っていないので、窓 開放や換気扇によって換気を行う。

~熱中症の予防法~

- ③のどが渇かなくても、こまめに水分補給
- ④外出の際は体を締め付けない涼しい服装で日よけ対策
- ⑤無理せず適度に休憩
- ⑥日頃から栄養バランスの良い食事と体力づくり

「消防庁ホームページ」より抜粋



天童市では6月7日(月)に東京オリンピッ クの聖火リレーが行われました。道の駅天童温 泉ステージからスタートし、市総合福祉センタ 一玄関前をとおり天童中部小がゴールでした。

たくさんの観客がいましたが、大きな声での 応援は控え、拍手や手を振って聖火ランナーを

応援していました。 聖火ランナーの蜂 谷さんは、手を振 りながら笑顔で応 援に応えていまし た。



フードドライブ事業を ご存じですか?

ご家庭や職場等で余っている食品等はあり ませんか?ご協力いただきました食品等は、 本会や NPO 団体等を通じて生活困窮者等 の食の支援を必要としている方々や社会福 祉施設や団体等に提供いたします。

- 1.受付と時間 市社協(平日 8:30~17:00)
- 2.ご協力いただきたい食品等
- ・食品(乾麺、レトルト食品、飲料等)
- ・生活用品(生理用品、紙オムツ、洗剤等)
- 3.注意事項 未開封で賞味期限 , が1ヶ月以上あるもの。

詳細については市社協にお問 合せください。

















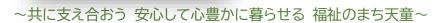














ロン・カフェ関連情報





外での対策も大事ですが、家の中での対策も 引き続き感染予防の徹底をしていきましょう。

☆手洗いはこまめに

出入りをする時には、手洗い・アル コール消毒をしましょう。

☆飛沫を吸わない

距離の確保や咳エチケットを 守るなど可能な範囲でやってみ ましょう。

☆清潔にする

どんなところをよく触れますか?こまめ にウイルスのついていそうな場所を拭き取 りましょう。

☆あやしい時は休む

何よりも体調があやしければ、無理せず休 むことが最優先です。

(山形県より抜粋)

各種利用方法

○天童市福祉バス

乗車人数はありませんが、新型コロナウ イルス感染拡大防止策を行い、小旅行や研 修にご利用ください。

(②023-654-1111 内線 762)

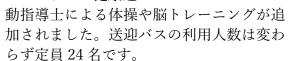
○高齢者健康福祉施設「天童温泉はな駒荘」

通常営業をしておりますので、感染症防 止に努めながら、ご利用ください。

(23-616-6566)

○最上川温泉ゆぴあ

この度6月からシル バープランに健康運 💪



(8023-651-3333)

※詳細はパンフレットやチラシをご覧くだ さい。

いきいきサロン・地域カフェ

助成金等申請書受付中

新型コロナウイルスの影響により、活動を 自粛しているが再開を考えている団体の方 は、助成金等申請書を随時受付けていますの で、申請書をご記入のうえ市社協までご提出 ください。

このような集まりがあります®

〇ウエルカフェ「健康フェア」

天童公園の隣のウエルシアでは管理栄養士 による健康・栄養相談を2ヶ月に1回行っ ています。次回のテーマは、「夏バテ対策・脱 水予防 | です。以下の日付でウエルカフェを行 っていますので、いかがでしょうか。

- ◇日付:8月23日(月)15:00~16:00
- ◇場所:ウエルカフェスペース
- ◇電話番号:023-652-9034
- ◇当日参加も OK!参加費無料

いきいきサロン・地域カフェ 合同研修会を開催します

いきいきサロンや地域カフェを開催する うえで、新型コロナウイルス感染症の基本的 な予防対策や他の地域がどのような感染対 策を行って開催しているかなどの事例を交 えた研修会を8月6日に開催予定です。

詳細については案内状をご覧ください。ま た、出欠の確認をいたしますので、アンケ トのご記入にご協力いただきます ようお願いいたします。

ふれあいまちづくり講座以外 にもこのような講師の方がいます

〇保険給付課での健康づくりの講話

専門職(栄養士、歯科衛生士、保健師) の講師より健康づくりの知識を聞くこと ができます。

〇山形ヤクルトの出前講座

腸内の話や歯と口の健康教室を開催して います。

※ご要望に応じて講座内容を検討してくれ ます。どちらも詳細はチラシをご覧くださ

<問合せ>

社会福祉法人天童市社会福祉協議会 地域福祉係 小松・樋口

電話 023-654-5156 · FAX023-654-5166

E-mail chiiki-tendo@mirror.ocn.ne.jp https://www.tendo-shakyo.or.jp/































