



この地域に住んでよかった

助け  よしみ

吉 水

7月1日現在 <前月比>

65歳以上男 1,666人<±0>

65歳以上女 1,968人<+4>

高齢化率 20.80% <+0.03>

発行 吉身学区社会福祉協議会

☎077-583-1650

学区社協の各部会が開催されました

6月22日(火)福祉部会、24日(木)広報部会、28日(月)ボランティア部会の第1回会議が開催され、役員の選出および今年度の活動内容について協議されました。



助け愛よしみ役員紹介

(順不同 敬称略)

今までの総務委員会のメンバーに加え、各自治会から1名新たに加入していただき地域に密着した活動を展開していきます。

【会長】山崎 清

【副会長】林 勲、湊上清二

*各自治会代表

【元町】安井 清 【下之郷】西川精一

【吉身西町】山中澄子【吉身中町】柴原泰彦

【吉身東町】小西由美子 【岡】中村 公

【立入】吉田美知子 【浮気】土屋法子

【GM 守山】斎藤優子【レックス式番館】尾崎道美

*総務委員

【福祉部会長】四辻 厚【広報部会長】加藤真喜子

【ボランティア部会長】太田吉雄

【福祉協力員代表】井篠三枝子

【第2層生活支援コーディネーター】馬場春造

守山市社協、中部地区地域包括支援センター

守山市長寿政策課

学区社協事務局

役員のみなさま
よろしくお願いします！



ボランティア登録者の勉強会を開催します 一緒に考えてみませんか …

皆さんは、テレビや新聞で虐待のニュースを見聞きされた時、どんな印象を持たれますか？外出自粛や在宅ワーク等にともなって虐待は増加傾向にあると言われています。私たちに何ができるか考えてみませんか。

【日 時】9月1日(水) 午前 10 時-11 時 30 分

【場 所】吉身会館 大会議室

【内 容】「見えないものを捉えるチカラ

～ 支配 / 無意識を考える ～

講師：MY TREE しが 代表 松井敏美さん

【対象者】ボランティア活動に興味をお持ちの方

【定 員】40 名

【申込先】吉身会館 ☎ 583-1650 FAX 582-0496

【主 催】吉身学区社協 ボランティア部会

中部地区地域包括支援センター⑤

脱水や熱中症に注意しましょう！！

- ・昨今の猛暑では熱中症による死亡事故増加が報告され、中でも高齢者の熱中症死亡率は80%を超え、群を抜いています。
- ・「外で運動しないから大丈夫！」などと思っははいけません。屋内でも水分をとらなければ脱水や熱中症を起こします。
- ・脱水は症状が出てきた時にはかなり進行しています。症状が現れず自分では気づかないうちに身体は脱水状態に近づいている可能性もあることから、軽度の脱水状態を「かくれ脱水」と呼びます。
- ・高齢者の水分補給のポイントとして、**渇きを感じる前に水分をとることが大切です。**
- ・高齢者の効果的な水分補給法として、**1日の水分摂取1500mlを目安とし、水（お茶など含む）以外にも料理や汁物でも補給することで1500ml以上の水分摂取が見込まれます。**
- ・水分のとり方として、**コップ1杯程度（200ml程度）を1日6～8回くらいに分けて飲む**といいでしょう。
- ・タイミングは、朝起きた時、朝食、昼食、夕食、入浴後、寝る前などの補給を習慣化しておきましょう。



中部地区地域包括支援センター（すこやかセンター2階）☎077 (584)5519 担当：遠藤・井上