

むろと



編集発行

社会福祉法人
室戸市社会福祉協議会
室戸市領家87番地
TEL:0887-22-1348
https://murosya.or.jp



令和6年8月

室戸高校生職場体験学習 in 室戸市デイサービスセンター

7月9～11日の3日間、室戸高校生3名が室戸市デイサービスセンターで職場体験学習をしました！



利用者の送迎や入浴後のドライヤー、レクリエーションの手伝いなどの仕事体験をしてもらいました。



初日はとまどいもあったようですが、最終日には進んで声かけするなど、利用者と積極的にお話をしてくれました。「耳が聞こえにくい人がいたり、人によって対応を考えないといけないですね」などの意見があり、短い期間ですが、介護福祉の現場を通して、個人に合わせた支援の仕方など考える機会になったようです。

高校生の元気な声や、素直な行動に利用者も職員もたくさんパワーをもらいました。



今年も七夕の飾りつけをしました！皆さん思い思いの願い事を短冊に書きました！

室戸市デイサービスセンター
TEL:23-2301

新規採用職員のご紹介

室戸市デイサービスセンター



はまわき 濱脇 あすか

お会いしたいです！

日常生活自立支援事業 (福祉サービス利用援助事業)

室戸市社会福祉協議会が判断に不安がある方の福祉サービスの利用などをお手伝いします。

1 どんな人が利用できるの？

認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者の方など、自分ひとりで福祉サービスの契約などの判断をすることが不安な方や、お金の出し入れ・通帳等の書類管理など、日常生活に必要なことについて不安のある方が室戸市社会福祉協議会と契約することで利用できます。

2 利用料はいくらかかる？

※生活保護受給中の方は利用料がかかりません

訪問などによる支援 ▶ 1時間1,500円

書類の預かりサービス ▶ 月/500円

3 なにをお手伝いしてくれる？

福祉サービス利用のお手伝いなどを通して生活の見守り



福祉サービス利用援助に合わせて、日常的な金銭管理や事務手続きのお手伝い。書類の預かり (書類預かりだけの利用はできません)

まずはご相談ください。(室戸市生活支援相談センター TEL:22-2660)

要予約

新型コロナウイルス感染症の影響による生活福祉資金貸付返済(償還)免除のご案内

総合支援資金(再貸付)をご利用された方を対象に、高知県社会福祉協議会から6月中に償還免除のお知らせと申請書を郵送しております。償還免除申請ができるのは、借受人、又は借受人と世帯主両方の「令和6年度住民税が非課税の方」です。内容についてご不明な点等あれば、室戸市生活支援相談センターまでご連絡ください。

※相談員不在の場合がありますので、必ずお電話にて予約をお願いします

●償還免除申請期限：令和6年8月30日(金)

室戸市生活支援相談センター TEL:22-2660 8:30~17:15(土日祝を除く)

寄付のお礼

缶詰・お菓子・飲料等の食料品等

室戸岬地区更生保護女性会 様
匿名2名 様

古切手、未使用切手、未使用ハガキ等

中井一名 様 中島隆 様 小野英昭 様
祖川時計店 様 みやた美容室 様
むろとスポーツクラブ 様 小松明生 様
匿名4名 様

いつもありがとうございます!!!

安芸ひまわり基金法律事務所 無料法律相談のお知らせ

日時:令和6年8月13日(火)
13:30~16:30
場所:安芸ひまわり基金法律事務所
(安芸商工会議所2階)
受付:0887-35-8200
(平日9:00~18:00)

要予約! 1人30分まで

ナツボラ 2024

ナツボラとは？

高知県内の福祉施設やNPO、ボランティアグループなどで ボランティア体験ができるプログラムです。「新しいことを始めたい」「いろんな人と出会いたい」そんなあなたの背中をそっと後押しするのがナツボラです。あなたにぴったりのボランティアがきっと見つかるはず！中学生から社会人の方までぜひご参加ください。ボランティアが初めての方も大歓迎です。
https://www.pippikochi.or.jp/informations.cgi?new_info_id=1938

室戸市内募集团体

子どもたちと室戸の海・山・川で思いっきり自然体験を！

「チャレンジ・アドベンチャーワールド2024」ようこそ室戸ジオパークの世界へ。
 子どもたちと共にこの豊かな自然の中で体験活動を満喫する夏の思い出に参加してみませんか！

- 内 容：室戸ジオパークの各サイトをステージに、海・山・川での自然体験を行うグリーンツーリズムを実施。磯遊び、魚釣りなど海の活動や川魚とりなど川遊び、野外炊事などのサポート
- 場 所：室戸青少年自然の家（室戸市元乙1721番地）他
- 期 間：8月20日（火）～ 22日（木）
- 締 切：8月5日（月）まで（但し、定数になり次第締め切ります）
- 条 件：高校生以上、ボランティア保険は受入側で加入、昼食提供あり、送迎可、原則全日程参加
- 申 込：メール：geiginomori@yahoo.co.jp NPO法人夢創房室戸迎鯨の杜 担当：横山
- H P：https://npo-mac.com/

ボランティア3つの心がまえ
 一、安全に気をつけ、無理をしない
 二、相手の気持ちを大切にし、約束・秘密を守る
 三、経験を大切に



室戸市地域包括支援センターだより

たんぽぽ



VOL. 216 (8月号)

高齢者の熱中症対策！

高齢者は熱中症に気がつきにくい

熱中症で救急搬送された人の2人に1人が高齢者です。高齢になると、体温の上昇やなどの渴きを感じにくくなる、汗をあまりかかなくなることから、熱中症のなりはじめに気がつきにくいと言われています。

暑さ指数(WBGT)を知っていますか？

暑さ指数は熱中症のなりやすさを表す値のことです。気温の他に、湿度や日射、風を含めて計算されます。天気予報やニュースなどで、暑さ指数を目にするこも増えてきました。暑い季節は暑さ指数を確認する習慣をつけましょう。

暑さ指数	
注意	25未満
警戒	25以上～28未満
嚴重警戒	28以上～31未満
危険	31以上

暑さ指数33以上で熱中症警戒アラート、高知県全域が暑さ指数35以上になると予測される日には**熱中症特別警戒アラート**が発表されます。



～熱中症予防のための4つのポイント～

- ① のどが渇く前から水分補給**
 2～3時間おきにコップ1杯程度の水分をとる
 起床後や就寝前、入浴前後は必ず水分をとる
 大量の汗をかいたら塩分も一緒に補給(スポーツドリンクや経口補水液など)
- ② 室温と湿度をチェック、部屋を涼しく快適に**
 居場所の室温は28℃、湿度は70%より低くなるように調節する。
 電気代も心配ですが体調を崩すよりはエアコンや扇風機の活用をしましょう
- ③ 風とおしのいい服装で涼しく過ごす**
 通気性がよく、汗が蒸発しやすい素材で開口部(襟、袖など)にゆとりがあるデザイン
- ④ 外出するときは日差しから身を守る**
 日傘や帽子で日よけをする
 移動するときは日陰を選ぶ

※水分制限のある人は、医師の指示に従ってください！

こんな症状がみられたら注意！

めまい、立ちくらみ、頭痛、吐き気、大量の汗、立てない、こむら返り(足がつる)、応答がおかしい場合や自力で水分摂取出来ない場合は、医療機関へ相談、または救急車を呼びましょう！

室戸市地域包括支援センター TEL:22-5158 (8:30～17:15 土日祝を除く)

生活支援ボランティア活動事業

くらサポ

「くらサポ」は高齢者等が困ったときでも住み慣れた家や地域で暮らし続けられるように、生活支援サービスを有償で行う事業です。利用者も協力者も室戸市民です。「くらサポ」は住民相互の支え合い活動を促進することを目的としています。

<生活支援サービスの内容>

- ①家事援助・・・室内の掃除・洗濯・ゴミ出し・布団干し
- ②生活援助・・・小範囲の草取り・電球交換・軽微な模様替え・窓ふき・衣替えの手伝い・低い木の枝切

協力会員を募集しています！

有償ボランティア(協力会員)には提供した回数に応じて1回500円分(5ポイント)付与されます。※ゴミ出しは1回2.5ポイント。18歳以上の方(高校生含む)で、「たすけあい・さわやかサポーター養成講座」を受講後に協力会員として登録されます。ゴミ出しのみの協力であれば研修無しで登録可能です。詳しくは、TEL:22-2660(来(らい)、安岡)まで。

福祉サービス困りごと解決制度

各種社会福祉施設(老人ホームや就労継続支援事業所、保育所等)やホームヘルプサービスといった福祉サービス利用についての疑問や悩み等の困りごとは、その事業者との話し合いでの解決が望めます。

しかし、話し合いだけでは解決しなかったり、直接話すことに少し抵抗を感じたりする場合もあると思います。そのような時には「福祉サービス困りごと解決委員会」にご相談ください。秘密厳守で対応させていただきます。

相談は無料で、受付は土日祝・年末年始を除く午前9時から午後4時までです。



高知県運営適正化委員会(福祉サービス困りごと解決委員会)

〒780-8567 高知市朝倉戊375-1 高知県立ふくし交流プラザ

TEL:088-802-2611(土日祝・年末年始を除く午前9時から午後4時まで)

メール:kaiketsu@pippikochi.or.jp FAX:088-844-9443(FAX・電子メールは24時間受付)