

ネットワーク通信

NO. 45 (H27. 12. 3発行)

長井市社会福祉協議会

〒993-0011

長井市館町北6-19

☎ 0238-88-3711(代表)

☎ 0238-87-1822(直通)

FAX 0238-88-3712

皆さんお元気ですか。今年の11月は晴れの日が多く、気温も平年より高い日が多かったような気がします。このまま春になれば良いなーと思うのですが……。だんだんと最低気温が零度を下回る日が増えてきますが、風邪などひかないようにしてお過ごしください。

ビーズプレスレット交流会を行いました

11月26日(木)、老人福祉センターにて曹洞宗のお坊さん5名に来ていただき、ビーズプレスレット交流会を行いました。お坊さんは、福島県・南陽市・地元の長井市、そして島根県からも来てくださいました。また、ビーズなどの材料やお茶菓子、さまざまな飲み物まですべて用意していただきました。とてもありがたい事でした。

避難者の方が県に登録するとメールマガジンが毎週金曜日に配信されるので、今回それを見て川西町から2名の方が参加されうれしく思いました。

代表者の挨拶のあと、お坊さんの自己紹介、お茶を飲みながら参加者のみなさんの自己紹介の後に、プレスレット作りに入りました。最初は、見本を参考にして自分の手首に合うビーズの数を決めます。丸い皿に親玉を1つ選んでから小玉(ビーズ)を配色を考えながら並べていきます。親玉は1つ1つに精神安定や癒し、健康・長寿などの意味があるパワーストーンです。きれいなビーズがたくさんあり、迷いながらもみなさん楽しく選んでいました。数珠も作れると聞いて、さっそく作っている方もいました。最後の結ぶところは、「縁を結ぶ」ということでお坊さん方にしてもらいました。透明なひもにビーズを通す細かい作業でしたが、みなさんお上手で早く、1人2~3個作ることができ、どれも個性が光っていました。作っている間、お坊さんと話している姿も見受けられ、聞いてもらうだけでも違うだろうなあと思いました。

自己紹介でお互いの境遇や事情などがわかったせいか、交流の輪が広がっていき、有意義な交流会になりました。

*メールマガジンの配信希望の方は、パソコンで山形県庁のホームページを開いて「避難されている皆様へ」をクリックしてください。登録方法が記載されていますのでご覧ください。



市外で避難生活を送る南相馬市民との懇談会のご案内

開催日時 … 12月12日(土) 午後2時開会
場 所 … 米沢市 置賜総合文化センター(3階 和室)
開催内容 … (1)復旧・復興事業の取組状況
(2)意見交換
(3)その他
問い合わせ 南相馬市 復興企画部 企画課 直通電話 0244-24-5223



平成27年度 第9回定期交流会 フラワーアレンジメント教室に 参加しませんか!

12月の定期交流会は、長井ライオンズクラブさんのご厚意により、《**フラワーアレンジメント教室**》を開くことになりました。盛かごや花などの材料すべてを用意していただけます。また、講師も派遣していただけます。

年末年始にご自分で作った花かごを飾り、ゆく年くる年を祝えたら最高ですね。

皆様のご参加をお待ちしています。



記

日 時 : 12月24日(木) 10時~12時
会 場 : 老人福祉センター面接室
内 容 : **フラワーアレンジメント教室**
会 費 : 無料

持 ち 物 : 花切りバサミを持っている方は、持参してください。

申込締切 : 12月17日(木)

申込が必要です。お電話ください。

申込・問合せ先 長井市社会福祉協議会

☎ 0238-88-3711(代表)

0238-87-1822(直通)

担当: 鈴木・手塚まで

次回の開催は来年1月28日(第4木曜日)に予定しています。

全戸訪問を行ないます

昨年同様に、今年も山形県より、避難されているご家庭1世帯に「山形県産つや姫」(1合×2個)の進呈がありました。

12月8日から、市の担当職員と一緒に全戸訪問を実施いたします。訪問した際不在の方には、「不在連絡票」をポストに投函しますので、都合のいい日を連絡していただければ、後日お届けに伺います。

現在、生活支援相談員が訪問しているお宅で不在の場合は、ドアポストに入れさせていただきます。

連絡先

長井市社会福祉協議会

88-3711(代表) / 87-1822(直通)

生活支援相談員 鈴木・手塚まで



ちょっと豆知識・・・

加湿器がなくても部屋を加湿する方法



○乾燥の目安

氷水を入れたガラスや金属のコップを部屋に置いて、2~3分経っても水滴が付かなければ乾燥している可能性が高いといえます。

○最適な部屋の湿度とは?

冬は温度が19度前後で湿度は50~60%です。

○加湿方法

- ・洗濯物を室内に干す
- ・観葉植物を置く
- ・洗面器、コップなどに水を入れて置いておく
- ・濡れたタオルを干す
- ・霧吹きで水を部屋にまく
- ・鍋をする
- ・風呂場のドアを開けておく(お湯を抜かず)
- ・石油ストーブやガスファンヒーターをつける
- ・マスクをする
- ・フローリングを水拭きする
- ・水槽を置き、熱帯魚などの魚を飼う

あとがき・・・暖かい日が続いていますが、乾燥の季節になりました。今月号でも「加湿」について載せましたが、部屋の中はもちろん、身体も乾燥のケアが必要になってきますので、保湿剤を塗ったり、喉などのケアもしっかり行なってくださいね。