

## 相馬方部久しぶりへの再会



7月10日（金）に南相馬市原町生涯学習センターにおいて“つながっぺ！おおくま町民の集い 相馬方部”を開催し、22名の方が参加されました。

午前はレクリエーションで交流を図り、チームごとに熱戦を繰り広げ、午後は生演奏に合わせて懐かしい歌謡曲を皆さんで合唱し、素敵なフラダンスに魅了され、あっという間のひと時を過ごしました。

参加した皆さんからは、「楽しかった。次回も参加したい。」等の声が多数寄せられました。

なお、第2回相馬方部の交流会を予定しておりますので、皆さんぜひご参加ください。お待ちしております。

### 県内外へ避難されている皆様へ

現在、避難先で集いやサロンを自主的に開催しているところや、避難先社協等の支援を受けて開催している地域もあります。是非参加してみてください。

自ら「声を出すこと」「つながりを持つこと」が、孤立化や孤独死を防ぐための第一歩であると考えています。

どうぞお気軽に最寄りの社会福祉協議会にお問い合わせください。

## 8月サロン開催のお知らせ

各地区でサロンが開催されていますので、最寄りの会場にぜひお越しください。

### 会津地区

#### ○つながっぺサロン「げんき」in 日新

日時：8月18日(火) 14:00~15:30  
場所：日新コミュニティセンター2階 講習室  
会津若松市日新町8-28  
内容：お茶会、健康師さんによる講話

#### ○つながっぺサロン「なごみ」in 門田

日時：8月31日(月) 10:00~11:30  
場所：南公民館1階 日本間  
会津若松市門田町中野字大道西13  
内容：お茶会、健康師さんによる講話

#### ○つながっぺサロン「ひまわり」in 一箕

日時：8月27日(木) 10:00~11:30  
場所：一箕公民館2階 講義室  
会津若松市一箕町北滝沢2-5-6  
内容：お茶会、健康師さんによる講話

### 会津地区サロン

問合せ先：大熊町社会福祉協議会  
TEL 0120-29-5760

### いわき地区

#### ○つながっぺおおくま

##### いわきサロン

日時：8月18日(火) 9:30~11:30  
場所：梨の実サロン平  
いわき市平字新田前6-10  
内容：お茶会、レクリエーション、小物作り  
問合せ先：大熊町社会福祉協議会いわき連絡所  
TEL 0246-38-8920

#### ○つながっぺおおくま

##### いわき泉サロン

日時：8月25日(火) 9:30~11:30  
場所：泉公民館  
いわき市泉町4-13-11  
内容：タブレット相談会、お茶会  
問合せ先：大熊町社会福祉協議会いわき連絡所  
TEL 0246-38-8920



## 中通り地区

### ○サロンつながっぺおおくま

in こおりやま

日時：第1・4土曜日 10:00～14:30

8月1日、22日

場所：繕りあい処空間

郡山市開成6-357

内容：お茶会、情報交換など

問合せ先：大熊町社会福祉協議会中通り連絡所

TEL 0243-24-1338

### ○ホっとサロン「てとて」

日時：第2・4水曜日 9:30～11:30

8月12日、26日

場所：福島市保健福祉センター

福島市森合町10-1

内容：レクリエーション(12日)

絵手紙作り(26日)

問合せ先：福島市社会福祉協議会

TEL 024-533-8881

### ○茶話カフェ Rococo～ろっこ～

日時：第1・3水曜日 13:30～15:30

8月5日、19日

場所：郡山市総合福祉センター

郡山市朝日1-29-9

内容：レクリエーション、お茶会など

問合せ先：郡山市社会福祉協議会

TEL 024-932-5311

## 相馬地区

### ○かしまで集まっ会

日時：8月17日(月) 10:00～11:30

場所：南相馬市鹿島保健センター

南相馬市鹿島区西町3-2

内容：お茶会、軽体操、健康相談など

問合せ先：原町保健センター

TEL 0244-23-3680

### ○大玉村社協サロン

日時：8月7日(金) 10:00～11:30

場所：大玉村総合福祉センター

大玉村玉井字東三合目19

内容：お茶会、レクリエーションなど

問合せ先：大玉村社会福祉協議会

TEL 0243-68-2100

### ○二本松市社協「こっ茶こっせ」

日時：8月26日(水) 13:30～15:30

場所：二本松福祉センター

二本松市亀谷1-5-1

内容：談笑喫茶、情報提供など

問合せ先：二本松市社会福祉協議会

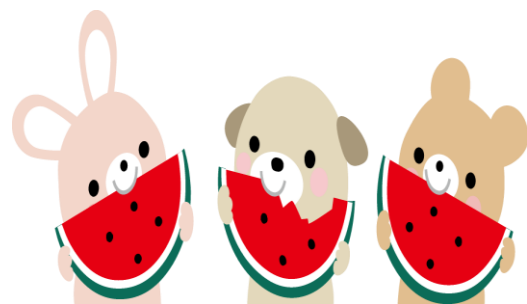
TEL 0243-23-8262

### ○気軽に集まっぺ「もみの木」

8月はお休みいたします。

### ○伊達サロン元気が～い

8月はお休みいたします。



### ○借り上げ住宅サロン

日時：毎月第2・4水曜日 13:30～15:30

8月12日、26日

場所：原町区福祉会館

南相馬市原町区小川町322-1

内容：お茶会、レクリエーションなど

問合せ先：南相馬市社会福祉協議会

TEL 0244-26-8823

## 民協会長連絡会で情報交換

去る7月3日（金）福島県総合福祉センターにおいて、平成27年度相双地区民生委員会長連絡会総会を開催いたしました。

今回は、総会の中で日々見守り支援活動に力を注いでいる各会長に、リフレッシュして頂く為、福島県社会福祉協議会から講師をお招きしアイスブレイク等で楽しんで頂きました。会場内は、会長達の楽しい笑い声で一杯となりました。また、今後のサロンや訪問活動にも活かせるとの声もあり、更なる活動強化に繋がる事を実感しました。



アイスブレイクでリフレッシュ

## いわき地区でボランティア活動しています



楽しいサロンを計画中

7月9日（木）いわき地区にお住いのボランティア登録者の方々と活動打合せ会を行いました。

仮設住宅集会所での交流サロン（お茶会等）のボランティア活動等について、話し合い、協力要請を行いました。

集会所での楽しい交流サロンをこれからも行っていきます。サロン開催時には皆さん集会所へお越しください。

## 今年度も清掃ボランティア活動を始めました

7月18日（土）大熊町生活支援ボランティアセンターで平成27年度第一回清掃ボランティア活動を行いました。

お世話になっている会津若松市に少しでも役に立てればと思い、昨年より活動を始めております。大熊町役場前にボランティアの皆さんが朝7時に集合し、鶴ヶ城周辺を約1時間歩きゴミを拾いました。ご協力ありがとうございました。

次回は9月19日（土）、続いて10月17日（土）、11月21日（土）に行います。



気分爽快！また頑張るぞ！

## つながっぺおおくま日帰り交流会 開催のお知らせ

大自然の涼しさ、楽しい思い出を活力に残暑を乗り切りましょう！

日 時：8月27日（木）

集 合：①いわき駅前（ミスタードーナツ前） 8：00

②好間中央公園駐車場 8：30

定 員：40名

対 象：町民のみなさま（ただし、集合場所にお越しになれる方）

参加費：無料

行 程：10：30 五色沼（北塩原村）

12：30 浄土平（福島市）

その他：・昼食はご持参いただくか、目的地施設にて各自でお取りください。

・気象状況、自然環境により行程が変更となる場合がございます。

申 込：8月17日（月）～8月25日（火）までに下記申込み先に、

住所・氏名・生年月日・携帯番号・集合場所をお知らせください。

（受付時間：9時～17時）

申込先：大熊町社会福祉協議会 いわき連絡所 TEL 0246-38-8920



## いわき地区仮設住宅健康サロンのお知らせ

開催日程

・8月 6日（木） 10：00～11：30 好間第2仮設集会所

・8月 7日（金） 10：00～11：30 鹿島第1仮設集会所

・8月19日（水） 10：00～11：00 上神白仮設集会所

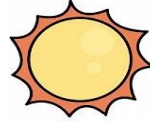
・8月20日（木） 10：00～11：00 好間第1仮設南集会所

場 所：各仮設集会所

内 容：保健師さんによる健康相談、お茶会など

問合せ先 大熊町社会福祉協議会 いわき連絡所 TEL 0246-38-8920

## 熱中症は予防が大切です



### ◎熱中症とは

気温や湿度が高い環境の中で、体内の水分や塩分のバランスが崩れたり、体温の調節機能がうまく働かないことにより、体内に熱がたまり、めまい・体がだるい・吐き気などの症状や、ひどいときにはけいれんや意識障害などが起こります。

### ◎こんな症状があったら熱中症を疑いましょう！

軽度：めまい たちくらみ 筋肉痛 汗がとまらない

→涼しい場所に横になり、衣服をゆるめ、体を冷やし、水分を補給してください

中度：頭痛 吐き気 体がだるい

→軽度の対処に加え、地域の医療機関へ相談してください

自分で水分・塩分をとれなければすぐに病院へ

強度：意識がない けいれん 高い体温である

呼びかけに対し返事がおかしい まっすぐに歩けない

→すぐに119番通報し、救急車を要請してください

### ◎熱中症予防のために

#### 1) 暑さに強い体を作ろう

日頃からウォーキングなどで汗をかく習慣を

#### 2) こまめな水分補給を忘れずに

のどが渴いたと感じたら必ず水分補給 のどがかわかなくてもこまめに水分補給

#### 3) 衣服の工夫で暑さを防ごう

戸外では、皮膚の露出を抑え、日傘やつばの広い帽子などで日射対策を行う

#### 4) 冷却グッズを上手に使い、より快適に

首や頭に水でぬらしたスカーフやバンダナを巻くと気化熱で体温を下げるができます

## 大熊町社会福祉協議会 連絡先

### ◎会津若松出張所

住 所：〒965-0873

会津若松市追手町2-41

フリーダイヤル

0120-29-5760

電 話：0242-29-5760

FAX：0242-29-5761

### ◎いわき連絡所

住 所：〒970-1144

いわき市好間工業団地1-43

大熊町役場いわき出張所内

電 話：0246-38-8920

FAX：0246-38-8921

### ◎会津若松生活支援相談室

住 所：〒965-0873

会津若松市追手町2-41

大熊町社会福祉協議会事務所内

電 話：0242-26-4077

### ◎中通り連絡所

住 所：〒964-0915

二本松市金色421-10

大熊町役場中通り連絡事務所2階

電 話：0243-24-1338

FAX：0243-24-1339