

五葉会だより

会員数 7月 70名

令和6年7月1日

◇7月(文月)といえは 熱中症には気を付けましょう
暦の上では、6月10日が入梅となっていますが、
今年は6月23日入梅と遅れてたようです。

ウエザーストリップによる、仙台の7月の気象で
は一日の最高気温は23℃から27℃で、19℃を下回っ
たり、31℃を上回することは滅多にないとのこと。
また一日の最低気温は、18℃から21℃で15℃を下回
ったり、24℃を上回することは滅多にないとのこと。

しかし、現実は大変気になるところです。いずれにして
も、熱中症対策には、十分気を付けて、この暑さ
対策をして、元気に過ごしましょう。

熱中症対策(チェックしてみましょう)……①エアコン
・扇風機を上手に使用している。②部屋の温度を図って
いる。③部屋の風通しを良くしている。④こまめに水分
補給をしている。シャワーやタオルで体を冷やす。⑤暑い
時は無理をしない。⑥涼しい服装をしている。外出時
は日傘、帽子。⑦涼しい場所・施設を利用する。



◇4月・5月・6月・7月生まれ誕生日会 (福祉部)

6月21日(金)午前10時から4月、5月、6月、7月生まれの方の誕生日会を行いました。1年ぶりの再会、元気な顔を見せながら、楽しいひと時を過ごしました。当日は38名の出席でした。

ビデオ(歌、踊り、過去のサークル発表会等)鑑賞、クイズあて、そして美味しい弁当やケーキ等を頂き楽しいひと時を過ごし、来年の誕生日会は全員皆で出席することを約束して終わりました。

なお、10月には8月、9月、10月、11月生まれの方の誕生日会を開催する予定です。

◇東二地区老連主催健康麻雀大会 (健康部)

6月9日(日)向陽台老人憩の家で、健康麻雀大会があり、5名参加しましたが、今回は入賞ありませんでした。

◇仙老連主催シルバースポーツセミナーに参加 (健康部)

6月5日、12日、26日に黒松市民センターで仙老連主催のシルバースポーツセミナーに6名参加しました。健康管理に大変ためになったセミナーでした。

◇令和6年度サークル活動助成金の交付 〈会計部〉

令和6年度サークル活動助成金の申請に基づき、うぐいす会、かたくり会、いつときの会に助成金を交付しました。

◇高齢者相互支援推進事業モデル地区に指定を受けました。(友愛部)

健康な老人クラブ会員が地域の一人暮らしや寝たきり、虚弱な高齢者の家庭を訪問し、話し相手、会話によるふれあいや家事援助等の活動を実践するとともに、他の会員及び地域高齢者に対しても高齢者相互支援をするモデル地区として、令和6年度7年度の2か年間仙老連から指定を受けました。経費は、国・仙台市から交付を頂きます。このため、五葉会に支援活動を担当する友愛訪問チームを組織します。チームの担当の方が支援対象高齢者自宅を訪問して、お話しや何か困りごとなどお聞きすることもありますのでご理解とご協力をお願いします。

なお、この活動には、町内会、民生委員、包括支援センター、地区社協にも連携協力を頂いております。

◇認知症を理解し、地域で支える。抜粋 (東北福祉大学 加藤伸司教授)より

1 もし自分が認知症になったとしても

- ・ 認知症になると何にもできなくなったり、何にもわからなくなったりするわけではありません。
- ・ 認知症になっても、自分の出来ることや、やりたいことは積極的にやっていくことが大切です。
- ・ それが進行を遅らせる秘訣となります。

2 地域で支えるという視点

認知症の問題は他人ごとではありません。もし自分や身近な人が認知症になったとしても、出来ることはたくさんあり、やりたいことを実現することもできます。そのためには周囲の人の支えが必要です。

認知症は誰にでも起こる可能性のある身近な病気です。家族だけで頑張るのではなく、地域で支えるという視点を持ちましょう。

7月の予定

6月30日(日)山の寺三老人クラブ、山の寺社協主催「落語会」(学院大落語研究会)

7月6日(土) 東二地区老連役員会

7月7日(日) 高齢者相互支援活動モデル地区連携会議及び実施体制打合せ

五葉会役員会

泉区老連麻雀大会

7月11日(木)山の寺社協、松陵市民センター主催「みんなで楽しく足つぼマッサージ」

7月19日(金)健康・介護セミナー「介護保険及びアロマ」