

# 民生委員の「訪問活動」に

ご協力下さい

朝倉市の「民生委員児童委員協議会」は、6月1日から、市内全域で「戸別訪問活動キャンペーン」を展開します。

美奈宜の杜地区の民生委員、今村さん（5丁目）と田中さん（6丁目）のお二人も、近々皆様のお宅をお訪ねして、皆様の生活状況やお困りになっていること等についてお尋ねします。

民生委員は、朝倉市と私たち住民とを繋ぐ、もっとも身近なパイプ役です。介護保険の受給方法等、お分かりにならないことがあれば、この機会にお尋ね下さい。

## 杜のオアシス＝お助け隊

を

ご利用下さい

「杜のオアシス」は、朝倉市社協に登録している高齢者福祉対象の有償ボランティア組織です。作業は一人1時間 200円～300円。

腰や腕が痛くて作業が出来ない、高い所の荷物や重い荷物が動かせない。こんな時には遠慮なく杜のオアシスに声をかけて下さい。

作業の依頼は、センター受付（TEL 21-1600）まで。

私たちは専門家ではありませんが、会員の技能の範囲で、依頼主の了解のもとに作業を行います。昨年の活動は以下の通りでした。

1. 屋外作業……45件  
庭木・垣根の剪定、デッキ・テラスの補修、雨樋の点検・清掃、防腐剤塗り、庭の清掃・除草剤の散布など、多岐にわたる作業を行いました。
2. 屋内作業……12件  
照明器具の取り替え、家具の配置換え、流しの詰まり解消、郵便受けの改修など。
3. 鉢植えや庭木、花壇の水やり……15件  
国内・外の旅行などで留守をされる時、鉢物や菜園・花壇の水やりや管理を行いました。
4. パソコンの指導・相談……2件  
パソコンの初歩指導、年賀状の作成やメールなどの指導。

# 熱中症

# に

# 注意！

30度を超える真夏日が続いています。高齢者は五感が鈍くなり、喉の渇きにも、水分の不足にも気づきにくくなるといわれます。こまめな水分補給に努めましょう。塩水、あるいはスポーツドリンクが最適です。喉の渇きを感じなくても、定期的に水分を補給しましょう。炎天下での活動はもちろんですが、屋内にいるからと油断しないで下さい。熱中症の40%は、屋内で発生しています。

この街に来てよかった！

会報 159号 H29.05.30

美奈宜の杜地区

社会福祉協議会

コミュニティ協議会健康福祉部会

## 朝倉市の「配食サービス」

を

ご存知ですか？

ご存知のラパス（＝寿泉会）では、朝倉市の委託を受けて、高齢者のご自宅に昼食・夕食をお届けする事業を行っています。1食＝420円です。

このサービスを受けるには、

- ① 65歳以上のお一人暮らし、又はご夫婦のみの家庭
- ② 買い物や家事が多少困難な方
- ③ 子供世帯がご本人宅から1km圏内にいない

といった利用条件がありますが、もし貴方が「我が家もこのサービスを受けられないかな？」と思われたら、お二人の民生委員さんかセンターの秋山さんに相談してみてください。

或いは、十文字地域包括支援センター（きらく荘内）TEL 21-1837にご自身で電話をして下さい。すると、

○職員がご自宅を訪問し、ご事情をうかがった上で、条件に該当すると判断すれば申請書類を作成、朝倉市に提出してくれます。

1食420円

食の確保

安否確認

健康状態

