# 玉里福祉館だより

～地域の皆さんとともに～

第５６号
令和５年　７月発行
鹿児島市玉里福祉館
玉里町 27 番 38 号
TEL/FAX：220-1548

管理運営：指定管理者　鹿児島市社会福祉協議会

7月

梅雨明けと共に、今年も暑い季節がやってきます。

これからの時期、特に熱中症の予防など体調管理に気を付けて、毎日元気に過ごしていただきたいと思います。

児童・生徒の皆さんが心待ちにしている楽しい夏休みももうすぐです。

## 夏休み　児童ルームを利用しませんか

玉里福祉館には、幼児から18歳まで利用できる児童ルーム（約 59 ㎡）があります。
本やぬり絵、折り紙、組み立てブロックなどを使って、楽しく遊ぶことができます。
もうすぐ夏休みです。夏休みのひと時を涼しい児童ルームで過ごしてみませんか。

〇利 用 時 間　9:00～21:00（子供のみの利用は17:00まで）
（12:00～13:00 を除く）

〇指導員の見守り【夏休み期間】9:00～17:00
【夏休み以外】13:00～17:00

〇休 館 日　８月14日（月）〔第2月曜〕

〇そ の 他　４歳児未満（4 歳以上でも、トイレなど身のまわりのことができない場合）は保護者同伴で利用してください。

### 克灰袋の配布

福祉館では、桜島の降灰処理に必要な「克灰袋」を準備しています。
必要な方は、各館の窓口にお越しください。

### 車イスの貸し出し

福祉館では、在宅福祉の向上を図ることを目的に、一時的に車イスの貸し出しを行っています。貸し出し期間は、１か月を限度とします。
市内４１福祉館のほか、市社協の本部や５支部などで貸し出しを行っています。

### 熱中症を予防するには！

「熱中症」とは、室温や気温が高い中での作業や運動により、体内の水分等のバランスが崩れ、体温の調節機能が働かなくなり、体温上昇、めまい、体のだるさ、意識の異常など様々な症状をおこす病気です。室内でも熱中症になる場合があります。こまめな水分補給が必要です。

〔室内での予防策〕
- こまめな水分・塩分補給
- 扇風機やエアコンで温度を調節
- 遮光カーテン、すだれ、打ち水を利用

〔外出時の予防策〕
- 日傘や帽子の着用
- 日陰の利用、こまめな休憩
- 通気性のよい衣服着用

## 草牟田校区社協総会が開催されました！

去る5月13日（土）、草牟田校区社会福祉協議会（片平孝市会長・福祉委員40名）の令和5年度の総会が、玉里福祉館で2年ぶりに開催されました。

総会に先立ち、西部保健センター保健師の抜水さんによる「高齢者のひきこもりとフレイル予防について」の講話がありました。高齢者の多くはフレイル（虚弱な状態）を経て要介護状態になることから、フレイルにならないよう、運動・食生活・社会参加に気を付け、健康寿命を延ばしたいと思いました。

総会では、令和4年度活動報告や5年度の事業計画等について熱心な審議が行われました。

## 玉江子育てサロン　親子ふれあい遊び

玉里福祉館では、毎月（4 月・8 月休み）、玉江地区民児協（梶原祐一郎会長）により、「玉江子育てサロン」が開催されます。

子育て中のお父さん・お母さん、子供さんと一緒に遊びに来ませんか？

〔今後の開催予定〕　時間　10:00～11:30（都合により変更となる場合があります。）

| | | | |
|---|---|---|---|
| 7月19日（水） | たなばたの会 | 12月20日（水） | クリスマス会 |
| 9月20日（水） | 親子ふれあい遊び | 1月17 日（水） | 親子ふれあい遊び |
| 10月18日（水） | 親子ふれあい遊び | 2月21日（水） | 親子ふれあい遊び |
| 11月15日（水） | 親子ふれあい遊び | 3月13日（水） | お楽しみ会 |