



しおかぜ だより 第12号

2021.4.20

しおかぜの地域の元気へお手伝い

紙面案内

- 地域サロンのご案内
- みんなの感染予防で思わぬ効果（中面）
- ご存知ですか？ マスクトラブル（中面）
- ぶら〜り桜散策（中面）

発行／社会福祉法人しおかぜ
地域支援事業部
〒711-0927 倉敷市下津井
1482 番地 18
TEL 086-470-4848
FAX 086-479-7675
<https://www.shiokaze-group.co.jp/>

春になり、暖かい日が続いています。今年は桜が早かったですね。
しおかぜ地域支援委員会は今年も昨年とほとんど同じメンバーで引き続きお手伝いをさせていただきます。

昨年はコロナで活動自粛をすることが多くありました。
そろそろコロナワクチンの話も出てきております。感染症と付き合いながら生活も続けていくことが大切です。しおかぜでも介護等が続けられるように十分気を付けながら取り組んでいます。

そういえば昨年から延期になっていたオリンピックが今年は開催されます。
聖火リレーも5月19・20日には岡山で行われる予定となっていますが、倉敷は19日15時50分に美観地区から市役所までを走る予定になっています。岡山からオリンピックに出場される方もいますので、ぜひ8月は応援したいです。

地域サロンのご案内

サロンはコロナで一時期自粛されている地域も多くありましたが、コロナ生活と付き合いにくなかでこれを途切れさせないよう、内容を変更したり、消毒を行ったりするなど対策をして活動を再開しているところもあります。集まることで「絆」や「つながり」がもてること、それが一番大切です。地域の皆さんでぜひ活動に参加やご協力をお願いいたします。

地域	日時	場所
○田之浦地区		
元気クラブ	毎週水曜日 14時から 毎週日曜日 14時から	田之浦いこいの家
○吹上地区		
吹上サロン	第2日曜日 10時から	しおかぜ城山
○下津井地区		
まだかなサロン	毎週木曜日 14時から	まだかな会館
○片原地区		
片原一文字会	第4日曜日 10時から	下津井公民館
○古下津井地区		
お達者クラブ	第1・3土曜日 13時半から 第2・4金曜日 10時から	古下津井公会堂
古下会サロン	第2・4水曜日 13時から	古下津井公会堂
○大室地区		
大室サロン	第3水曜日 10時半から	大室公会堂
○西の脇地区		
西の脇サロンあすなろ会	第1水曜日 13時から	西の脇公会堂

※現在感染予防のため休止中のところ、またコロナ感染症の流行具合によっては急遽休止となる場合があります。

サロン活動に参加しました

しおかぜでは各地区のサロン活動のお手伝いをしています。
昨年まで地域支援委員主体で行っていましたが、今年から法人の委員以外の職員も参加させていただくこととなりました。不慣れな職員も参加させていただくようになりますが、地域の一員としてお邪魔した際にはよろしくお願いいたします。

写真は先日まだかなサロンにお邪魔した時の様子です。

セラバンドを使った体操で筋トレをしています。
たくさんの方が集まって楽しい雰囲気の中で参加させていただきました。



みんなの感染予防 で思わぬ効果

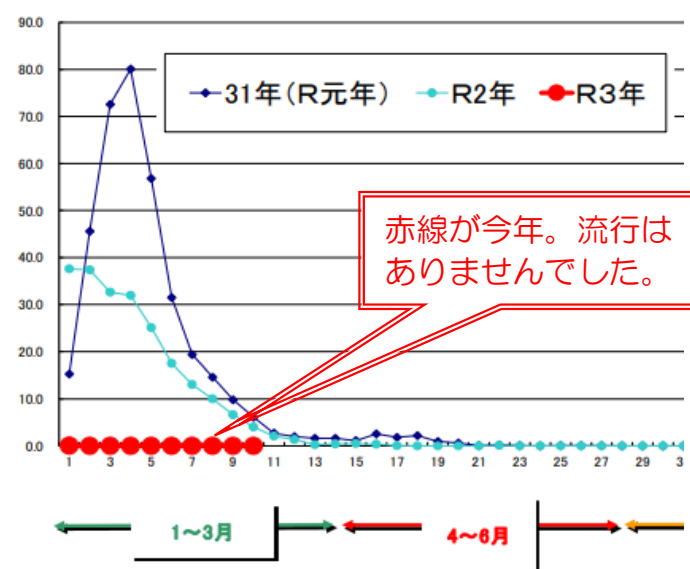
コロナウイルス感染症について、手洗い消毒マスクなど、日ごろから皆さん気を付けられていると思います。

その結果を一つご紹介させていただきます。今冬のインフルエンザの発生が記録的にありませんでした。



感染症の予防についてはインフルエンザもコロナも同じ対応です。我慢や努力はきちんと効果に出ています。引き続きマスクの着用や手洗い・うがい・消毒など気を付けていきましょう。

インフルエンザ 報告数比較(倉敷市)



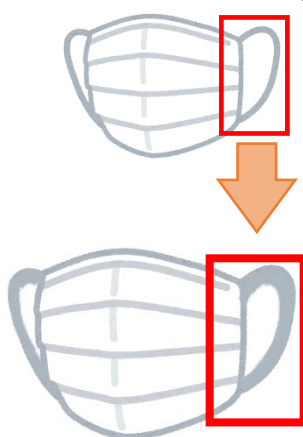
ご存知ですか？ マスクトラブル

マスク生活も長くなっていますがこういったトラブルで悩まれている方はいないでしょうか？

①耳の後ろが痛くなる
長時間マスクをつけていると、耳掛けのゴムが食い込んでしまったり擦れたりする場合



耳掛けが太いものを選びましょう。



誰もいない等つけなくてよい時間は外すなどマスクをかける時間を短くするのも効果的です。

②マスクをつけていると皮膚が赤くなる・かゆくなる。



原因としてアレルギーやマスクと肌の擦れに伴う皮膚の炎症が考えられます。
保湿クリームを塗ったり、マスクと肌の間に保護シートを挟むなど対策があります。

③過敏症でマスクが付けられない。



⇒こういった意思表示カードを携帯する等があります。

マスクをしていない人を嫌な目で見ることなく、付けたくとも付けられない方がいるということを皆さんで知っておいて下さい。(原)

《ぶら〜い桜散策》

今回は下津井城跡周辺をぶらりと散策。この日は黄砂で遠くの方は霞んで見えていましたが、天気も良く、少し暖かく過ごしやすい日でした。目的の桜は満開の木もあれば、まだこれらの木もありました。(文・写真 河野)



瀬戸大橋架橋記念公園の桜(午前と午後)
私と一緒にカメラや携帯電話片手に桜撮影を行っている人も多くいました。少し離れた鷺羽山ハイランドのアナウンスや、絶叫マシーンに乗った若者達の悲鳴も聞こえてきました。



デイサービス城山の駐車場から見た桜&鷺羽山ハイランド(おまけで名前が分からない野鳥(笑))

二の丸休憩所下の歩道からの見た桜は満開できれいでした。瀬戸大橋は黄砂で見えにくく残念でした。