

協力会員募集中!

「協力会員」とは、たすけあいにご協力いただく有償ボランティアです。

2021年6月18日発行 No. 324



さわやかさん



社会福祉法人 品川区社会福祉協議会 さわやかサービス
TEL:03-5718-7173 FAX:03-5718-1274
URL:https://shinashakyo.jp/sawayaka/index.html

品川 さわやか 検索

「さわやかサービス」とは、家事や外出などのお手伝いで住民同士のたすけあいを支援するサービスです。

熱中症対策のポイント

6月に入り蒸し暑い日が多くなってきました。これからの時期は熱中症予防が大切になってきます。今回は、協力会員の大溪さん、山本さんにお話を伺い、普段行っている熱中症対策についてお聞きしました。ぜひ参考にいただき、暑い夏を乗り切りましょう。

高校・大学野球の監督を50年ほどやっていたことがあり、熱中症対策には特に気を付けています。

この時期から散歩に行く際は帽子をかぶり、マイボトル・濡れタオルや梅干しを持って行くようにしています。暑いと感じた時は、エアコンだと体が冷えすぎるので日陰で休んだり、濡れタオルや保冷剤で首や頭を冷やしたりして調節しています。

漬物だと塩分が多すぎるので、朝と夕に毎日味噌汁を飲み、塩分もバッチリ取っています。油断せず日頃から気を付けることが大切だと思います。



協力会員 大溪さん

活動の時は汗をたくさんかきますので、私はマイボトルを持参しています。中身は氷水です。冷たいので一口か二口飲んですっきりしますし、すぐに飲めるので、少し動いたら飲むようにしています。



協力会員 山本さん

大溪さん、山本さん
ありがとうございました!

暑さを避けましょう

感染症予防のため、換気を確保しつつ、エアコンの温度設定をこまめに調整しましょう。

こまめに水分補給しましょう

のどが渇く前に水分を取りましょう。(1日あたり1.2リットル目安)

大量に汗をかいた時は塩分も忘れずに!

※厚生労働省・環境省HP参照

品川区社会福祉協議会のホームページ URL:https://shinashakyo.jp/sawayaka/index.html で

「ニュースさわやかさん」がカラーでご覧いただけます!ぜひ検索してみてください。

おでかけサービス

令和3年度第1回

ほっとルームのお知らせ



今年度 第1回「おでかけほっとルーム」を開催いたします。今回はオリンピックを踏まえた品川区および近隣地区の交通事情や、日頃の防犯対策について大井警察署職員の方にお話を伺います。ぜひ、ご参加ください。お待ちしております。

日時:令和3年7月1日(木)午後2時~3時30分

※午後3時から会員同士の交流会を行う予定です。

場所:品川区社会福祉協議会 3階会議室

講師:大井警察署交通課交通総務係 職員

対象:さわやかサービス運転および付き添い協力会員

定員:15名程度

申込:6月28日(月)までに
電話(5718-7173)
もしくは窓口まで。

おでかけサービスのしおり



「おでかけサービスのしおり」について

申込み方法や利用方法など、より分かりやすく安全にご利用いただくために「おでかけサービスのしおり」を作成しました。ご利用中の利用会員の方には郵送させていただきます。これからご利用を検討中の方は、担当までご相談ください。

おでかけサービス担当 山本瑞恵・山本奈央



消毒しよう

感染症防止対策の強化にご協力をお願いします!

新型コロナウイルスのワクチン接種が開始されましたが、変異ウイルスの脅威もあり、まだまだ安心とは言えない状況です。さわやかサービスではいっそうの感染防止対策に努めてまいりますのでご協力をお願いいたします。

協力会員の皆さまには、こまめに手指の消毒をしていただけるように携帯用「薬用消毒ハンドジェル」(お一人様1本)を配布しておりますのでご活用ください。

事務所まで取りに来ていただくことが難しい方はご相談ください。



重要! 利用料金引落振替日
変更のお知らせ



5月分の利用料金は、

6月28日(月)引落・振込となっております。

ご迷惑をおかけしますが、何卒ご理解ご協力を賜りますようお願い申し上げます。

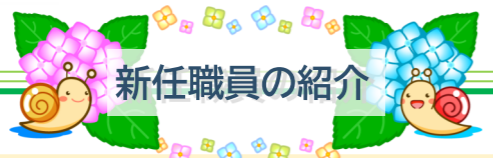
お知らせ 事務所休みのお知らせ

2021年 7月

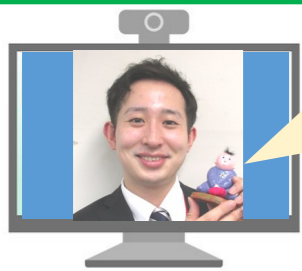
Sun	Mon	Tue	Wed	Thu	Fri	Sat
				1	2	3
4 休	5	6	7	8	9	10 休
11 休	12	13	14	15	16	17
18 休	19	20	21	22 休	23 休	24
25 休	26	27	28	29	30	31

令和3年7月10日(土)

ビルの保守点検のため事務所は終日窓口が閉まります。
サービス利用や活動などに変更のある方はお早めに連絡をお願いいたします。



新任職員の紹介



みなさん、こんにちは！
6月よりさわやかサービスの一員となりました高山 貴紀と申します。
1日でも早く仕事を覚えて、皆様のお役に立てるように頑張りたいと思いますので、どうぞよろしくお願い致します。

i さわやかサービス情報コーナー

7月の予定

- 7月1日(木)午後2時～3時30分
おでかけほっとルーム
- 7月16日(金)午後2時～3時30分
ほっとルーム「セルフケアでリフレッシュ」
- 7月26日(月)午後1時～4時
募集説明会・入門研修

令和3年 5月の実績

新規登録利用会員	6名
新規登録協力会員	2名
サービス利用世帯数	257世帯
活動協力会員数	154人
利用回数(家事・移送)	939回
利用時間(家事・移送)	1,345時間

編集後記

6月に入り急に暑くなってきましたね。大溪さんからお聞きしたお味噌汁を毎日飲むようにして私も楽しく夏を迎えていきたいと思っております(*^-^*)(N.Y)

