

夢コープニュース

4

〒420-0851 静岡市葵区黒金町 12-5 丸伸ビル 6F
 TEL (054) 275-1100 / FAX (054) 275-1133
 MAIL honbu@yumecoop.jp / URL http://www.yumecoop.jp/

4月13日から10月13日まで大阪万博が始まりますね。1970年の万博では、動く歩道・モノレール・リニアモーターカー・電気自動車・テレビ電話・携帯電話など、現在普及している製品やサービスが初めて登場したのだそうです。今年の万博は未来に何を残すのか興味深いところです。

さて、私事で恐縮ですが、先日腰椎すべり症と診断され、激痛を体験しました。薬と体操でだいぶ楽になりましたが、普段の生活で気を付けて再発を防止する必要があります。腹筋と背筋の筋肉をつけて自然のコルセットを作るといってお聞きしたので、工夫して取り組みたいと思います。

激痛を体験してわかったことがあります。家の中は何とか歩けるのに、外は痛くて歩けない。これまで気づかなかったことですが、家の中は平たんで、道路は坂と段差でできているのですね。歩道と車道の境目、歩道の車乗り入れ部分の傾斜、路面のちょっとしたでこぼこ等こんなにも困難の多いところを何気なく歩いているのは本当にすごいこと。いつもの当たり前の動作ができることがどんなに有難いことかを実感しました。



理事長 杉井 初世

介護の現場でよく使う用語 ⑪

— 何となくではなく正しく理解しましょう —

動悸：心臓のドクドクといったような拍動が自覚される症状。胸の不快感や息切れ、心臓が強く脈打ったり、激しく鼓動したりするよう感じられることがある。自律神経などホルモンの影響や、心疾患が隠れている場合がある。精神的な要因であることも多い。

頻脈：正常な脈拍は1分間に60～100回程度とされているが、100回以上の場合に頻脈とみなされる。めまい、立ちくらみ、失神、けいれんといった自覚症状も起こることがある。

浮腫：皮膚の下にある皮下組織の部分に余分な水分がたまっている状態のこと。高齢者は循環障害を起こしやすく、また重力の影響もあって、下肢、特に下腿から足先に見られることが多い。心不全、腎不全、下肢静脈瘤、深部静脈血栓症などが原因となる。



交通安全

何気ない行動 気付いていないこと 考えてみよう!!

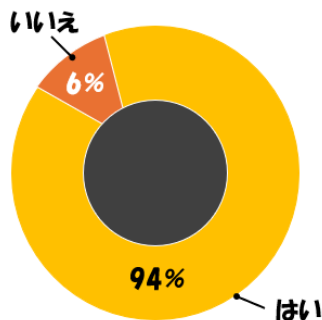


そのウインカー-出すのが遅くないですか？

運転中に何度となく出すウインカー。JAFのアンケートでは、意外な結果が出ていました。

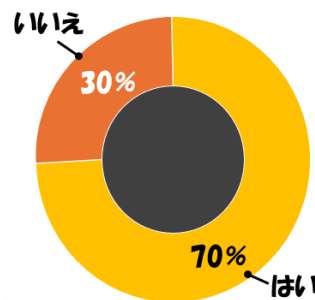
Q ルール通りにウインカーを出していますか？

A 94%が「はい」



Q 他の車のウインカーが遅いと感じますか？

A 70%が「はい」



9割以上が「自分は正しくウインカーを出している」のに7割が「他車のウインカーは遅い」と思っている！この違いは何でしょうか!?

正しい「ウインカー」の出し方 3秒間と30m

こんな意見もあります・・・

◎3秒もウインカーを出すのは長い？

ウインカーを2～3回出してすぐに車線変更する車を見かけますが、死角の車を見落とす危険性があり、危険です。

◎交差点手前に路地がある場合、遅らせた方がいいのでは？

「路地に曲がる」と勘違いして、路地から車が先に出ようとする危険がありますが、遅らせると後続車に急ブレーキを踏ませるなど別の危険が生じる可能性があります。相手の動きを予測して、ブレーキ等の準備をしましょう。

◎30mの感覚が分からない？

車5～6台分の距離もおおよその目安になります。





「サンキュー-事故」 感謝の気持ちが焦りを生む

譲ってくれた車の陰からバイクが・・・

右折待ちしている時、対向車線の車が一時停止や減速し進路を譲ってくれたとしたら、どのように思い、どのように行動するでしょうか。

「譲ってくれてありがとう」と感謝。

「急いで対応しなければ申し訳ない」

しかし、その後の運転行動により、新たな事故を生む可能性があります。

数秒後に後続のバイクに衝突。「サンキュー事故」と呼ばれる事例です。

こんなことが起こらないように本来すべき「安全確認」を怠らないようにしなければいけません。

4輪車対2輪車の事故原因のほとんどは、右折車の安全不確認です。



☆ 静岡県内ではおなじみの 黄色い「横断バッグ」 ☆

横断バッグは、静岡市の会社が製造販売する学童用の手提げバッグ。

1960年代より交通戦争といわれるほど車両の通行量が増え、子供たちが巻き込まれる交通事故も増加。その対策のひとつとして、通学路の横断歩道の脇に黄色い旗を取り付け、登校時の児童が手に持ってドライバーに示しながら横断する、という方法が実施されました。しかし、旗の数が限られているため、すべての横断児童が持つことはできません。そこで、旗の代わりに「横断中」の文字がデザインされたバッグが考案され、今では静岡県内の入学用品の一つになりました。静岡土産として、東名のインターチェンジの店舗などでも売られています。



交通安全スローガン

「かもしれない」危険予知から 事故防止

年間目標

対人事故 0 を継続します





楽しみなお出かけ!!



事業所 リレー つうしん



this month
4月

おでかけ
デイサービス
いた

島田市金谷のたい焼き屋さんがお気に入りです。おでんを食べたりアイスを食べたり、心配になるほどたくさん召し上がり、お土産にまた、たい焼きを買って帰ります。

日中独居の方にとって誰かと一緒においしいものを食べたり楽しい時間を過ごすことは体にも心にもとても大切で介護予防につながります。島田市周辺には春に訪れたい名所がたくさんあってご利用者の皆さんも楽しみにしています。

おでかけの付き添いを一緒にして下さる方がいらっしやいましたら是非
よろしく願いいたします。



定例理事会 3月21日(金)協議事項

- ① 給与規程改定
- ② 育児・介護休業等に関する規程改定
- ③ 携帯電話管理規程改定
- ④ 「どうぞの家」移転の決定
- ⑤ 異動に関する承認事項
- ⑥ 2025 - 2026 年度役員候補者の承認

夢コープ職員数 294 名	実働数 285 名
---------------	-----------

事業	活動時間数
くらしの助け合い	1,614.50 時間
介護保険 訪問系サービス	4,239.75 時間
障害福祉サービス	1,639.50 時間

居宅介護支援	要介護	総合支援
	443 名	192 名

施設名	開所日	当月利用者数	利用者数/1日
どうぞの家	24日	13 名	5.20 名
夢コープふじ	24日	15 名	7.33 名
夢コープいた	15日	30 名	7.00 名

「季節のおたより」

毎月ご利用者の請求書に同封している手書きのおたよりで、25年以上続く歴史があります。現在は静岡の井澤善子さんと、しだの長房明美さんが担当してくださっています。四季折々の事柄が優しい言葉で表されています。

ご利用者からは「楽しみにしている」というたくさんの声をいただきました。きっとヘルパーさんも目にしたり、ご利用者から尋ねられた事があるのでは。

冬越しをする木の芽のすぐ下に、前年の秋に落ちた葉のあとがあり、目をこらすと顔のように見えます。羊、馬、ウサギ、上の芽の部分。耳や帽子になっっているものもあります。この子たちの笑顔がもうじきやって来る季節の山笑うという言葉に一役買ってやるのかもしれません。

唇の上では春ですが、まだまだ寒い日もあります。ゆず茶、くず湯などでおからだを温めてお過ごし下さい。

令和七年二月

井澤善子
しだの明美

特定非営利活動法人 ワーナーズコープ夢コープ

明けましておめでとうございませう。十干十二支の乙巳の年です。すばらしい一年でありますよう心よりお祈り申し上げます。花のほこんどない庭で若草色のクリスマスローズが長く咲いています。凛とした佇まいに感謝しております。コロナインフルエンスも流行する候お身体大事にお過ごし下さい。

令和七年一月

井澤善子

