

グループ桂台通信

第191号 2013年8月
発行 グループ桂台
責任者 中村涼子
電話・FAX 894-2735

[グループ桂台は生活支援の非営利団体です]

事務所: 〒247-0034 横浜市栄区桂台中 15-3

湘南桂台自治会事務所内

URL <http://www.katuradai.com/katsuradai.html>

目次

- 1面: 第36回桂台まつり
- 2面: 報告 “買い物”をとおして支えあう街へ
- 3面: 熱中症予防
- 4面: 7月度活動実績、ひとりごと他

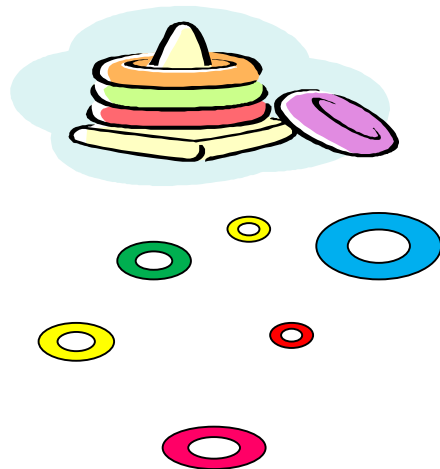
今年も大盛況!!

グループ桂台店に大勢の子どもたちが遊びに来てくれました!

— 第36回桂台まつり 8月3日・4日 —

今年は、輪投げとおもちゃ販売を行いました。

例年通りに大勢の子どもたちが来店し、目を輝かせながら輪投げを楽しんでいました。その子どもたちの姿に私たち大人も2日間楽しい時間を過ごしました。また、数名の新しい協力会員にもテント撤去や店番に加わっていただきました。



輪投げで一等賞のバットを取ったよ!

「桂台まつり」へのご寄付・ご協力ありがとうございました

池田 大寺 奥山 笠間 金子(多) 金子(登) 神出 胡麻本
佐藤(恵) 水渡 杉茂 鈴木(睦) 鈴木(靖) 鎮目 下西 滝沢
田代(幸) 橘 田野(浩) 知久 土屋 天明(清) 天明(純)
富永(聡) 富永(幸) 内藤 中澤 中村(涼) 根本 長谷川(祥)
古田 堀越 牧 三好 米山 涌井 和田(昭)

順不同・敬称略

“ 買い物 ” をとおして支えあう街へ

— 高齢者の買い物難民 をなくすために —



地域の高齢化が進む一方、個人商店がどんどん減っています。その個人商店を支える地域の農家も、それにつれて減少の一途です。このような事態が買い物難民が増加する要因になると懸念されております。本郷中央地区社会福祉協議会では、生産者側あるいは供給者側として、高齢者の買い物を支えるための努力の現状を紹介する講座、第1回協働福祉講座を7月19日に開催しましたので、紹介します。

【上郷地区で農業を営む高橋さんの話】

上郷で農業を営む高橋さんは、この地域にあった農産物を生産して、この地域で消費してもらい、という考えに立った農業を行っています。即ちこの地区では、このような“小さな農業”がやり易いと考えています。

この点を地域の方々に理解していただくために、学童に野菜づくりの実際を教えています。そのことによって学校との連携にも努めています。幸い、学童の皆様には、農業への関心を高める効果が大きいです。

その他に、庄戸地区での試みとして、高齢者のための買い物バスを仕立ててヨーカドー桂台店までの買い物支援を実施しましたが、利用者が思ったほど多くなかったため、まもなく取りやめになりました。

住民の方々に、地域の農家の考えや事情をご理解いただくということに関しては、まだまだ不十分かと思っています。

【栄区商店連合会会長臼井さんの話】

大型スーパーや若者本意の近代的なモール街の進出が、地域の個人商店を一層減らす傾向ですが、これらの新しい傾向/施設は高齢者にとっては使い勝手がよくないようですので、このことが買い物難民を増やす方向に作用しているかと考えます。

J A横浜では、小規模な農産物直売所を市内で13か所運営しており、地域でとれた農産物を地域で消費していただく、といういわば地産地消を目的とした施策を講じており

ます。栄区では、栄公会堂隣にある本郷ハマッ子がありますので、ご利用ください。すべて、農薬や放射線の検査済の産物です。

【公田団地の NPO お互いさまネット を主宰しておられる佐藤さんの話】

平成8年以降、団地内のスーパーが撤退して買い物難民の問題が現実となり、その対策として、このNPOによる“あおぞら市”を日曜祭日以外は毎日開いております。毎回、70名から100名近い利用者がいます。

【ヨーカドー桂台店マネージャー 渡辺さんの話】

開店34年目を迎えて、高齢者のための買い物支援の充実に努めております。買ったものを自宅まで有料配送するらくだ便のサービスやイトーヨーカドーネットスーパーの方法で、配達無料のサービスも実施しております。更に、パソコンや携帯で注文していただき、夕方、お店でピックアップしていただく、というサービスもやっております。

【その他】 フジスーパー天神橋店の買い物無料バスの運行の紹介、ユーコープ本郷店の食材・日用品の宅配サービスの紹介、などがありました。

今回は、関係者の方のご努力をざっと紹介しましたので、今後は、もう少し掘り下げた内容で、皆様に適宜、ご報告いたしますので、ご期待ください。 (編集部)

熱中症による救急搬送が 急増しています！

～ 熱中症予防に取り組みましょう ～

8月に入り、気温が高い日が続いています。
一人ひとりが熱中症の予防に取り組み、注意して過ごしましょう。

特に8月に入り、11日までに **229人**、なかでも先週末からの気温の上昇に伴い、10日・11日の2日間で熱中症により搬送された人数は、**約140人**と急増しています。

今後も、まだまだ気温が高い日は続きます。

重症になると死に至るおそれのある熱中症ですが、ほんの少しの注意で防げるものです。

- 家に温度計を設置しましょう！
- 室温が28℃以上になったらエアコンをつけましょう！
- のどが乾かなくてもこまめに水分補給をしましょう！
- 外出する時は帽子や日傘を使いましょう！

熱中症の起きやすい条件

環境：高温、高湿、無風～微風、日差しが強い、照り返しが強いとき

人体：運動で身体に熱が生産される時（当然、室内・施設内でもおきる）

特に急に暑くなったときが要注意。閉じられた自動車内は最悪の環境です！



重症度	症状
1度	めまい、筋肉痛、大量発汗※
2度	頭痛、気分不快、吐き気、おう吐、倦怠感、虚脱感
3度	意識障害・けいれん・手足の運動障害、高体温 ⇒ 時に死亡！

※ 熱中症が重症となると発汗が無く、乾いた皮膚になるので、汗だけで判断しないことが大切です。

救急車が来るまでの応急処置

☆涼しい環境への避難 クーラーの効く室内または日陰で風通しのよい場所へ

☆脱衣と冷却 脱衣により熱を逃がして、水をかけ、風を送り、氷のうで冷やす。

氷のうのポイント：首、わきの下、股関節部（太い血管があるところ） + すばやく！

氷のうの数が無いときは、保冷剤で代用する。

活動報告

- 7/04 サロン「ぷらっとオアシス」
- 7/09 グループ桂台通信7月号発行
- 7/13 ミセコン実行委員会
- 7/19 本郷中央地区社会福祉協議会 協働福祉講座
- 7/20 ミセコン(店コンサート)
- /20 サロン運営委員会
- 7/22 栄区子育て支援団体連絡会
- 7/26 桂台地域ケアプラザボランティア
分科会 熱中症について
- 7/31 コーディネーター会議



7月度会員数・活動実績

(平成25年7月31日現在)

会員数		
協力会員	利用会員	賛助会員
90名	96名*	95名
活動実績	利用者数	22名
	活動員数	28名
家事支援(掃除・料理)	92件	128.5時間
介助(通院等)・介護	12件	36.5時間
その他	5件	12.5時間
合計	109件	177.5時間
事務局電話当番	22日	66時間

*利用会員96名のうち9名は協力会員と重複しています。

地域のみな様へ

《ミセコン(店コンサート)》
 日時：9月21日(土)午後2時から
 場所：イトーヨーカ堂桂台店2F
 出演：矢沢男声合唱団
 ゴスペル



会員のみな様へ

《活動会員のチケット精算日》
 8月30日(金)午後1時~4時

《草取り隊より》
 8月の草取りは、お休みいたします。

《夏バテ防止メニュー》

毎日暑いですね。お元気ですか？食欲がないときにお試してください。

〔生姜ご飯〕

米2合に生姜ひとかけくらいが目安です。生姜は皮をむいて千切りにし、塩水にさらして水を切り、炊飯器で米と一緒に炊く(昆布を入れ、醤油で薄味をつける。少量の油揚げを入れてもよい)。さっぱりして美味しくいただけます。味噌汁と漬物か昆布の佃煮があると尚いいですね。

ひとりごと

… つぶやき …

小さな外科手術のため入院した時のことです。私の病室は廊下のつきあたりで、男子用トイレのすぐそばでした。夜になると、80才ぐらいのSさんが、看護師さんに付き添われて何度も何度もトイレに来ました。Sさんは認知症があり、日中、とうとう亡くなったご自分のお母さんに会いたいと、しくしく泣いていた方です。病室の出入口は解放してありますから、音は筒抜けです。

「Sさん、本当に出るの。」ジョボジョボと音がしています。

「こんなに何回も来ていたら眠れないじゃない。」

「眠れないって、誰が。看護師さんが。」

「ちがうわよ、Sさんよ。夜はちゃんと休んでほしいの。」

少し間があって、「ありがとうございます。ありがとうございます。」とくり返す声が聞こえました。



知久

編集委員：中村(涼)・佐藤(恵)・天明(清)・鈴木(靖)・金子(多)