



すわふくし

発行責任者 荒井 俊
(35) 0731
suwashakyo@net1.
jway.ne.jp

令和4年10月21日から11月20日の活動予定

ふれあいグループ

10月26日(水) 包括連絡会議
11月16日(水) 防災訓練 第1ブロック
18日(金) // 第2ブロック
21日(月) // 第3ブロック

介護支援グループ

10月26日(水) 認知症予防教室 上諏訪自治会
地域包括支援センター小咲園による講話
11月14日(月) 認知症予防教室(あったかさサロン)
19日(土) 救急法短期講習会(三角巾)

高齢者支援グループ

さわやかクラブ
10月27日(木) 金沢音楽集団
11月10日(木) ゲーム

子育て支援グループ

おもちゃライブラリ
10月28日(金) ハロウィン
11月11日(金) 子育て相談

災害に備えて

非常用品を備えておこう

- ※ 水 ・ 1人1日3リットル目安(3日分)
・ 生活用水も十分に確保
- ※ 食料 ・ 最低3日分を用意
・ ビスケットや缶入りパン等
火をつかわないものを用意
- ※ 情報 ・ 携帯電話、スマートフォンの予備バッテリー
・ 携帯ラジオ、予備電池の用意
- ※ 照明 ・ 懐中電灯を家族1人に1個
- ※ 燃料 ・ 卓上用カセットコンロの準備
・ 自動車の燃料は余裕を持って給油

家族の人数



玄関や寝室等、持ち出しやすい場所に備え、定期的に点検しましょう



水や食料は、できれば家族分×1週間分を準備しましょう

日常的に非常食を食べて、食べたらいきなり買い足すという行為を繰り返し、常に家庭に新しい非常食を備蓄するローリングストックという方法があります。
この方法なら食べているものが災害時の食卓に並び、安心して食事を取ることができます。

避難について確認しよう

家族防災会議

役割分担、緊急避難所、避難所までの安全経路、家族との連絡方法を家族全員で確認しましょう。
お年寄りや病気の方を支援する人をあらかじめ決めておきましょう。





共同募金（赤い羽根募金・歳末助け合い募金）

今年も全国一斉に共同募金がスタートしました。
皆様のご理解とご協力をよろしくお願いいたします。



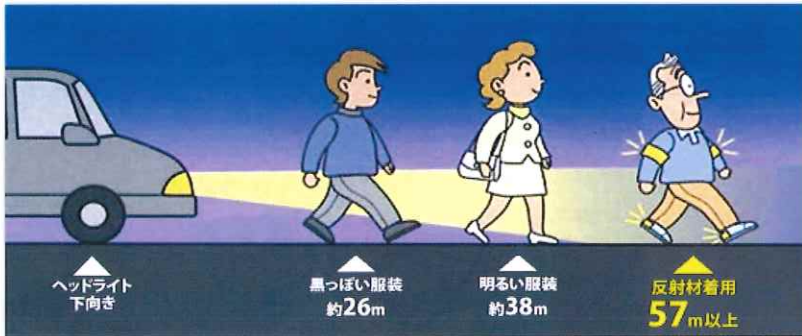
寄せられた募金は、福祉事業の貴重な財源として活用されます。
諏訪では、月、水、金の9時から16時まで受け付けておりますので
よろしくお願いいたします。

夜間の交通事故防止

夕暮れ時から夜間にかけては、急速に暗くなり、ドライバーの視界から歩行者が、発見しにくくなる時間帯です。

また、買い物や退勤時間とも重なって、交通量も増加するため交通事故発生の危険がさらに高くなります。

夜間の外出には明るい服装と反射材を身に付け、自分の存在をドライバーに知らせることが交通事故防止につながります。



黒っぽい服は運転者から見えにくく危険です。

就労支援ひまわりだより



「就労支援施設ひまわり」障害をもったメンバーさんたちが定期的に奉仕作業を行っています。

最近では、10月3日に道路のゴミ拾いを行いました。石内十文字からマルト周辺のゴミ拾い等を実施しました。これからも実施していきますので、見かけたら励ましの言葉をかけて頂ければ幸いです。

その他、お一人で買い物に行けない高齢者の方々に新鮮な野菜等を出張販売しています。気軽に声をかけて頂ければと思います。

また、ひまわり子ども食堂を第2月曜日、第3土曜日に開催しています。



バス停前をきれいにさせていただきました



ありがとうございました



拾ったゴミ

問合せ

就労支援事業所ひまわり 電話 85-6088

担当 大原

子ども食堂 電話 090-6934-9950

担当 皆川