

すわふくし

NO. 139

令和5年2月20日号発行
諏訪地区社会福祉協議委員会

発行責任者 荒井 俊

(35) 0731

suwashakyo@net1.
jway.ne.jp



令和5年2月21日から3月20日の活動予定

ふれあいグループ

3月17日（金）ふれあいグループ会議
強化モデル会議

介護支援グループ

3月16日（木）介護グループ会議

子育て支援グループ

おもちゃライブラリ
2月10日（金）
24日（金）おひなさま

高齢者支援グループ

さわやかクラブ
2月 9日（木）羽根っこ
23日（木）は天皇誕生日のため中止

諏訪社協では、2台の車いすを新しく購入しました

交流センター内で使用するのはもちろん、貸し出しも行っていきますので、窓口に声をかけてください
使用期間などは要相談となります。
また、希望の方には貸し出しするときに使用方法をご説明させていただきます。



歳末助け合い募金のお礼

歳末助け合い・赤い羽根共同募金では、自治会及び、多くの企業、個人の方々からご賛同を頂き、感謝申し上げます。
ご寄付を頂いた企業名をご紹介します。尚、順不同、敬称略とさせていただきます。

ありがとう
ございました

中工建（有）、（有）野口工業所、関本開発（株）＝（岡本興業）（株）大村工業所、日東機設（株）、（株）魚田土建、日東絶縁（株）茨城事業所、（有）小野商事、小野不動産、特別養護老人ホーム小咲園、白河手打ち中華そば・なかむら、（有）稲澤商店山本理化工業（株）、日立諏訪郵便局、澤田屋酒店、（株）朝日精機製作所、中嶋ホンダ、（有）布施工業所、マルチ日立諏訪店、魚松、諏訪神社、（有）フルハウスカンパニー（有）穂積製作所、（有）川西砕石



子ども食堂からのお知らせ



こども100円ピザ
はじまるよ！



石窯で焼く

手作りピザ

子ども限定（中学生まで）

19cm1枚 **100円**

先着20名 予約制

予約090 - 6934 - 9950 前日17時まで

2月24日（金）

3月 1日（水）

10日（金）

15日（水）

24日（金）

すわ
ひまわりはじまるよ！

1. ヒートショックに気をつけましょう

急激な温度差によって起こる体調トラブルのこと。特に注意が必要なのが冬場の入浴に注意が必要です。寒い脱衣室・浴室から熱い浴槽に入ると、温度差で血圧が急上昇急降下し、脳や心臓に大きなダメージを与え、命に危険が及ぶこともあります。

- 対策として、シャワーでお湯張り、浴槽のふたを開けて浴室を暖める。
- 浴槽につかる前にかけ湯をして体を暖らす。
- 暖まりすぎは危険なので入浴時間は10分以内にしましょう



暖かい部屋
(血圧安定)



寒い脱衣所
(血管が縮み血圧が上昇)



熱めのお湯に浸かる
(血管が広がり血圧低下)

2. 薬の包装シートの誤飲に注意

事例1 薬を包装シートがついたまま飲んでしまった。のどに痛みとひっかかりがあるので、病院に行って内視鏡で検査したら食道にあった包装シートを取り出してもらった(80歳男性)

事例2 薬を包装シートごと飲んでしまった。内視鏡で取り出したが、食道に傷があり、入院した(90歳代女性)

ひとこと助言

誤飲すると消化管を傷つけ、穴があいてしまうことがあります。又、シートの素材はX線撮影でも写りにくいため発見が遅れると重症化することもあります。飲み込んだ自覚がなくても、のどに違和感があり、誤飲が疑われる場合は医療機関を受診しましょう。

日頃から休日、夜間に受診できる医療機関の連絡先を確認しておきましょう

3. クーリング・オフできるでしょうか

事例1 一週間前に店舗で補聴器を購入したが、家で使ってみると聞こえづらいので、調整してもらったが改善しないので、クーリング・オフしたい。できるか。(80歳男性)

事例2 一週間前に店舗で購入した扇風機と同じ商品が2千円も安い値段で広告に載っていた。返品して再度購入したいと店舗に伝えたところ、できないと言われた。クーリング・オフできるか(60歳代女性)

ひとこと助言

• 店舗での購入はクーリング・オフできません

• クーリング・オフは、訪問販売や電話勧誘等、事業者側からの不意打ち的な勧誘により契約した場合、一定期間内であれば無条件で申込の撤回や契約を解除できる制度です。なお、クーリング・オフ可能な取引の対象は法律等で決められています。

よくわからない時は、お住まいの自治体の消費生活センター等にご相談ください(消費者ホットライン188)