

東部地区社会福祉協議会だより

東部地区社会福祉協議会発行（発行責任者 井上敏春）

暦の上では春を迎えましたが、まだまだ寒い日が続いています。いかがお過ごしでしょうか。

『東部地区社会福祉協議会』は、社会福祉法人松本市社会福祉協議会が、市内35地区に設置した同協議会の支会です。

春の便りが待ち遠しいですが、体に気をつけて、元気にお過ごしください。

『歳末たすけあい募金』

ご協力ありがとうございました

東部地区の総額 334,136円

昨年12月に実施しました『歳末たすけあい募金』活動におきましては、皆様から心温まるご寄付をいただきありがとうございました。

お寄せいただいた募金は、松本市社会福祉協議会を通じて長野県共同募金会へ送られ、様々な地域福祉活動を支援するために活用されます。

今後も募金活動への一層のご理解、ご協力を賜りますとともに、ご協力をいただきました住民や企業の皆様、町会役員の皆様に厚くお礼を申し上げます。



愛ちゃんと希望くん

冬でも注意『冬の脱水症状』

こまめな水分補給と室内の乾燥対策で「冬の『かくれ脱水』」を防ぎましょう

冬は空気が乾燥し、さらに気密性の高い室内でエアコンなどの暖房器具を使用すると湿度が下がります。

乾燥した環境では、知らず知らずのうちに体から水分が失われ、冬でも脱水症状が起こりやすくなります。

寒い冬を元気に乗り越えるためにも、日ごろから水分補給を心がけましょう。

- ◆こまめな水分補給
- ◆加湿器を使用する
- ◆部家の換気をする
- ◆薪ストーブや感熱ストーブにヤカン等をかける




有償生活支援事業

「つむぎちゃんサポート」のご案内

有償生活支援事業「つむぎちゃんサポート」は、高齢者や障がいをお持ちの方などが、より快適な在宅生活を送れるよう、松本市社会福祉協議会に登録した地域住民(協力会員)が、支援を受けたい方(利用会員)に、家事支援や外出支援をする仕組みです。

家事や外出等でお困りの方は、お気軽にご相談ください。

(令和4年5月現在)

区分	家事支援	外出支援	ゴミ出し支援
内容	<ul style="list-style-type: none">○調理○衣類の洗濯、補修○住居等の掃除、整理、整頓○生活必需品の買い物○入院・入所中の買い物、洗濯○除草(草取り、草刈り等)○その他必要な生活援助(話し相手等)  <ul style="list-style-type: none">○軽易な支援(電球の交換、灯油入れ、郵便物の投函、薬取り)※30分以内の利用	<ul style="list-style-type: none">○通院等の外出介助 	<ul style="list-style-type: none">○分別済みのゴミを、地区のゴミ集積所に運ぶ支援 
料金	30分まで(軽易な支援) 450円 1時間 900円 1時間以降の30分毎 450円加算	1時間 1,100円 1時間以降の30分毎 550円加算	1回 150円

※別途、交通費及び年会費が必要となります。

■問い合わせ先 (福)松本市社会福祉協議会 [松本市双葉4-16 (松本市総合社会福祉センター内)]
電話: 25-7330 (平日: 8時30分~17時15分) FAX: 27-2239