

早稲田の防災士 ニュース

今年度、防災士の講習を受け認定を受けました。

2日間の講習内容は、大学教授による過去の災害事例の紹介や地形による災害の仕組み、避難所を開設するゲームをおこなうなど、充実したものでした。その中で、防災士の資格を取った後に、実際に活動している方は少ないという話も聞き、現実には厳しい状況なのだという事を再認識しました。

今後は、早稲田学区の防災士メンバーと協力し、実務を伴う防災士として活躍したいと思います。

早稲田4丁目 三上 博



人工呼吸とAEDの実技を1日、防災一般講義を2日間受講し、この度防災士の資格を頂きました。【防災】を学んでみて、日本のこの自然の素晴らしさは自然災害と隣り合わせだとあらためて感じました。

私は昭和42年7月豪雨の際に呉市に住んでおり、市内で生埋め171人、死者88人の被害を当事者として体験しました。当時私が住んでいた所は牛田早稲田地区の地形とよく似ています。

私の経験と防災士の知識が何かお役に立てたら、と思っています。

東4丁目 足立 茂樹



令和2年2月末～4月...
新型コロナウイルス感染症の感染拡大防止対策により、地域の行事は、やむなく中止や延期になっています。



～からだの健康は歯と歯ぐきから～

歯周病とは・・・歯垢や歯石が蓄積されることで歯ぐきが腫れる歯肉炎から始まり、徐々に歯の周りの組織が破壊されて、最後には歯が抜けてしまう病気です。歯周病は若くてもかかる病気で、成人の約8割の方が歯周病とその予備軍とされています。あなたのお口は大丈夫ですか？

重度の歯周病になると、歯周病菌が血液中に入り込み、全身のさまざまな病気を引き起こすことがあります。糖尿病のある方は数値が悪化したり、歯が抜けることで低栄養状態になったり、噛む刺激が少なくなると認知機能が衰えたりします。また、妊婦が歯周病となると、早産や低出生体重児の確率が高まります。



歯周病は初期段階では自覚症状がほとんど無く、痛みや違和感が出てきた時には進行しています。みなさんは定期的に歯科へ受診をされていますか？「歯が痛くないから、、、虫歯がないから、、、」と歯医者から遠ざかっていると知らないうちに歯周病になっているかもしれません。

自宅でのブラッシングに歯間ブラシやフロスを用いて歯とはぐきをケアするのに加えて、歯医者さんでも歯石の除去やクリーニングを定期的に行いましょう。広島市では節目年齢歯科検診も行っています。30歳、35歳、40歳、50歳、60歳、70歳の方は500円で歯科検診が可能です。

お知らせが届きますので、ぜひ行ってみてください。
東区地域支え合い課 保健師 佐藤 由菜



2020.5
(令和2年5月)
発行部数 2600部

<編集・発行>早稲田学区社会福祉協議会 〒732-0063 広島市東区牛田東二丁目 12-23 早稲田集会所 2F TEL/FAX (082) 225-3685



早稲田のイマ・ミカシ

！公務員宿舎があった頃

早稲田のまちが
どんどん変わっています



一次々と新しいお家が
建てられています

9号棟広場跡→

！早稲田第8公園できました



早稲田学区社会福祉協議会 / 認知症支え合いカフェ [みち草]

令和2年度から開催！ただ今準備中！

長い間社協の課題としておりました認知症支え合いカフェの準備を進めております。令和元年度から東区役所、東区社会福祉協議会又、牛田・早稲田地域包括支援センターの御協力を頂きながら、早稲田社協福祉推進部を中心に講習会、勉強会、見学会を重ねてきました。言葉で知るのとは裏腹に、深くは知らなかった事を痛感している状況ですが、一歩踏み出す毎に、笑顔になって過ごして頂ける様子を頭に描きつつ前進しております。現在新型コロナウイルスの状況下で各地区のサロンはお休みさせて頂いております。今後の状況を見ながら高齢者の居場所づくりを考えてまいります。しばらくお待ちください。

令和2年3月末
早稲田学区社会福祉協議会：福祉推進部



まちの花・鳥



まちの花・鳥

会員募集 老人会は元気の源

平均寿命は毎年更新され「人生100年時代」。長い人生を謳歌するには、健康長寿3要素「運動」「食事」「居場所」が必須です。学区5町の老人会では、サロンにて「100歳体操」「いきいき牛田体操」等、増々の健康増進を図っています。ぜひ一度参加体験し健康と言う目に見えない資産をコツコツ蓄積されてはいかがですか。健康と居場所が両立する老人会に気軽に声をかけ加入されることを切にお勧めいたします。

早稲田学区老人クラブ連合会 会長 伊藤 義信