



しあわせ南流

南流山地区社会福祉協議会
広報部会事務局
会長 市川 誠
南流山 8-6-1-1-705
TEL 7140-7152

『しあわせ南流』(第 85 号、2024 年 1 月)で同年 1 月 1 日の「令和 6 年能登半島地震」で被害に遭われた方達への支援をお願いさせていただきました。ご協力頂いた皆様に感謝いたします。しかし、「令和 6 年 9 月能登半島大雨災害」が発生し、被災された方達は心が折れそうになられていることが想像されます。例えば日本赤十字社で「令和 6 年能登半島地震災害義援金」、「令和 6 年 9 月能登半島大雨災害義援金」の活動に取り組みられています。皆様のご支援をいただけますと幸いです。

インフルエンザ対策について

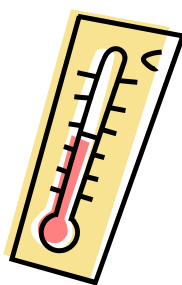
日本医師会が 1 月 8 日にインフルエンザ患者の予想を上回る増加を発表し、小さなお子さんや高齢者のインフルエンザ関係で入院している人が多くなり、医薬品のひっ迫も伝えられています。インフルエンザウイルスの感染経路は、飛沫感染と接触感染の 2 つがあります。新型コロナウイルス感染症の時と同様に感染予防対策として手洗い・マスクの着用等が有効です。

高熱が続く、呼吸が苦しい、意識状態がおかしいなど具合が悪ければ、早めに医療機関(内科や小児科など)を受診してください。



ヒートショック対策について

冬場、暖かい部屋から寒いトイレや脱衣室・浴室へ入る場合、温度変化で血管が収縮して脈拍や血圧に影響する「ヒートショック」を起こし、脳血管障害や心筋梗塞などの深刻な疾患につながる危険があります。食事後に急激に血圧が下がる「食後低血圧」(65 歳以上の高齢者では欧米の例より 3 人に 1 人程度が食後低血圧と推定: 出典: omron)があり、「ヒートショック」の引き金となるとされます。血圧測定して食前より食後の血圧が 20mmHg 以上低下する場合、「食後低血圧」の可能性が高いとされます。血圧が低下した状態で入浴するのは危険なため、食後 1 時間以上あけて入浴し、入浴前に降圧剤やアルコールを飲むのは避けてください。



【一次脳卒中センターは流山中央病院】

12 月 2 日の NHK E テレの「きょうの健康」で「脳卒中 再発・後遺症を防ぐ「脳血管の異変!ダメージを最小限に」」の中で脳卒中に対して 24 時間 365 日受け入れ体制があり、脳梗塞に対する t-PA 療法が可能な「一次脳卒中センター」に認定の施設が約 1000 ヶ所、いつでも脳梗塞に対する t-PA 療法と血栓回収療法が可能な「一次脳卒中センターコア」に認定の施設が約 300 ヶ所あると紹介されました。日本脳卒中学会が地域の各センターを紹介していて、流山市では流山中央病院が「一次脳卒中センター」と認定されています。脳卒中の症状(意識を失って倒れるだけでなく、手足の麻痺や痺れの発生、物が二重に見える、言葉が上手く話せない、突発する頭痛や嘔吐等)を発症した場合、速やかに脳卒中センターを受診し、ご家族などが救急隊へ依頼する状態では対応できる病院への搬送を了解してください。

停電対策について

2024 年 12 月 27 日 19:15~19:55、松戸市で 34,530 戸、流山市で 8,860 戸の地域停電が発生し、南流山、木も停電に見舞われました(電力系統が異なるため、停電を免れた南流山のマンション等もあり)。原因は東京電力パワーグリッド(株)の設備のトラブルとされます。夜、停電で真っ暗になって慌てないように最低限、懐中電灯を備えてください(短時間であればスマートフォンのライトも使えますが、重要な通信機材ですので電池の消耗を少なくする必要があります)。

流山市の安心メールの移行先

流山市の災害や防犯情報等を市民に配信する「安心メール」が令和 7 年 3 月 31 日で配信終了となり、流山市 LINE 公式アカウントへの移行が伝えられています。流山市 LINE 公式アカウントを利用しない場合は「みどりのメール」に登録で災害・火災・インフラ情報、防犯・行方不明等・環境・感染症情報等を受信できます。

敬老のお祝い

自治会、民生委員、ボランティアの皆さんのご協力で『しあわせ南流』(第 87 号、2024 年 9 月)でお知らせした南流山小学校区と南流山第二小学校区に在住の白寿、米寿、喜寿を迎えられた 205 名の方に「敬老のお祝い」を敬老の日近くにお届けしました。

「いきいきシニアの会」の報告

南流山小学校区・南流山第二小学校区にお住まいの75歳以上（誕生日が昭和24年4月1日以前）の方をご招待し、10月20日（日）午前10時～12時30分（予定より延長）、南流山センターの大ホールで南流山地区社会福祉協議会主催・流山市後援の「いきいきシニアの会」を開催し、招待状をお届けした1,455名のうち、365名の方にご参加いただきました。

会は当地区社協の市川会長の挨拶、流山市の井崎市長からのメッセージ紹介後、南流山中学校吹奏楽部の「ユーロビートディズニーメドレー」、「ジャンボリミッキー」、「パイレーツオブカリビアン」、「ふるさと」の演奏、南流山保育園ひびきの園児の皆さんによる合唱「どんぐりころころ」、「むしのこえ」、「てのひらをたいように」、そして踊り「南中ソーラン」、南流山小学校音楽部の「さんぽ」、「糸」、「小さな世界」、「上を向いて歩こう」、南流山第二小学校音楽部の「銀河鉄道999」、「南流山第二小学校校歌」、「マイバラード」を楽しんでいただきました。続いて南部地域包括支援センターから「健康の

お話」、南流山こども食堂の会の金川聡美様から「皆さんにお支え頂いて8年目。～新たな想い～」とする講演、大角怜さんと鈴木捷瀬さんのピアノ連弾によるドビュッシー 小組曲「バレエ」、鈴木捷瀬さんによるメンデルスゾーン「ロンド・カプリチオーソ」のピアノ演奏をしていただきました。そして女性合唱団「エーデルワイス・コア」の皆さんによる「白い色は恋人の色」、「七つの子」、「赤鬼と青鬼のタンゴ」の歌の後、会場の皆さんと「もみじ」を合唱していただきました。

斎藤副会長の閉会の挨拶で会を終え、来場の皆さんにお弁当をお持ち帰りいただきました。

20名の中学生ボランティア、19名の小学生ボランティアの皆さんには会場案内、受付、司会、舞台の裏方なども担当いただき、心強い未来を感じました。会の開催にご協力いただいた皆さんに感謝します。

訪問・見守りの活動を行う「南流山ひまわり会」の利用案内、「いきいきシニアの会」併設の南部地域包括支援センターの出張相談所の利用案内は70～75歳未満の754名の皆様にもお届けしました。



南流山中学校吹奏楽部



南流山保育園ひびき



南流山小学校音楽部



南流山第二小学校音楽部



大角怜さんと鈴木捷瀬さんの演奏



金川聡美様（南流山こども食堂の会）による講演



女性合唱団「エーデルワイス・コア」



南部地域包括支援センターによる「健康のお話」

「いきいきシニアの会」
（2024年）の開催状況



ご参加の皆さん



小学生と中学生のボランティアの皆さん