

元気なボランティアさんをご紹介します

保健福祉分野で生き生きと活躍している武蔵町の2団体を紹介します。

○愛育OB会（平塚幸子会長・32人）

武蔵町には「愛育班」という組織があり、地域で健康づくりの声かけ運動をしています。愛育班を経験された方々が、その活動を退いたあともOB会として活躍しており、現在はデイサービスの行事などでそれぞれ得意な歌や踊りを披露したり、健康劇を披露して喜ばれています。劇の小道具などもすべて手づくりで温かみのあるものになっています。

そのほかに、ベビーベッドの貸し出しも有料で行っていますが、その収益でまた新しいベッドを購入し、貸し出しするなどして若いお母さん方にも喜ばれています。「愛育のころ（あの子どもこの子どもみんなの子）」をモットーに日々元気に活躍中です。



デイサービスで「ふるさと武蔵」の踊りを披露

○こだま会（岡崎ツヨ子会長・21人）

国東市の子育てボランティアとしても活躍しています。主な活動は武蔵保健福祉センター児童室での広場の運営、管理、来所親子の見守り、健診時の託児、手づくりおもちゃの作成などです。中でも手づくりおもちゃはとて興味があり、小さな赤ちゃんにも安全な布で作っています。同じものは二つとない、世界で一つの手づくりおもちゃを児童室に寄付しています。会員の皆さんは、顔見知りになった親子からいろんな場で声をかけられるのがとても励みになっているとのこと。



まだ保健福祉センターの児童室を利用したことのない親子の皆さん！一度のぞいてみませんか？

～冬に流行する感染症から身を守ろう～

空気が乾燥し、気温が低くなるこの時季は、感染症がピークを迎えるシーズンです。

ノロウイルスによる感染性胃腸炎は感染力が強いことが特徴で、冬の食中毒として2・3月ごろまでが流行期です。例年、インフルエンザも本格的な流行が年明けから始まります。また、マイコプラズマ肺炎は、子どもや若い人に多く、高熱や強いせきが長引くことが多いです。

これらの感染症にかからないための対策としては

- 手洗い ①帰宅してすぐ ②調理をする前 ③食事やおやつの前 ④トイレの使用後
★しわの間や手首もよく洗う
- 感染症にかかった家族がいれば、手洗い後に使うタオルは各自別々にする
- 外出先では共用タオルは避け、使い捨てペーパータオルやエアタオル、持参したハンカチなどを使用する
- うがいは、最初に口の中だけをすすぎ、吐き出してから喉でうがいをする
- バランスの良い食事を心がけ、十分な睡眠をとる
- 加湿器などを利用して部屋の湿度を50～60%に保つ
- せきが出る時は、マスクをして「せきエチケット」を守る

問い合わせ	国東保健センター	☎0978-73-2450
	国見総合支所 地域市民健康課	☎0978-82-1112
	武蔵保健福祉センター	☎0978-68-1184
	安岐総合支所 地域市民健康課	☎0978-67-1114