

ささえるだより

いろんな「ささえる」のこと、「ささえるさん」がお知らせします！

暮らしの保健室岩見沢

【6月開催日程】

6日・13日・20日・27日

(毎週水曜日)

時間：14:00～16:00

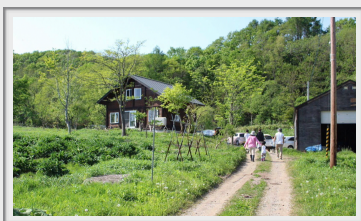
場所：まるごとケアの家岩見沢

担当：齊藤 彩香



NPO法人とものむら

NPO法人とものむら



「NPO法人とものむら」と

は？ともだちが集い、むらがって、むらができる。ささえるの人と地域人とよその人が群がって、食う寝る遊ぶ、学ぶ働くを共にする、ゆるく楽しいコミュニティづくりを目指しています。今後様々なイベントも開催する予定です。情報は随時、フェイスブックページで更新します！

NPO法人とものむら事務局長

井上 浩太郎

これからの時期に気をつけたい熱中症！

看護師 佐藤と阿部が熱中症予防に大切なことをお伝えしますよ～！

その1.部屋の換気をする

その2.お出かけの際に帽子を着用する

その3.水分補給！

簡単にできる！～補水液の作り方～

- ・水 1ℓ
- ・塩 小さじ1/2
- ・砂糖 大さじ4
- ・レモンシロップ 少々

※防腐剤などが入っていないので1日で飲みきりましょう！



6/14 ささえるさんの家にて開催する勉強会でも

「熱中症予防」についてお話しします！お気軽にお越しください。

寺子屋 やっています。

毎週水曜日 18:45～



NPO法人とものむら 村上 浩明

YouTube 「ささえるTV」で紹介の様子をご覧ください。



＼ささえるさん紹介／



訪問看護ステーションささえるさん
石崎 栄利子

名前：石崎 栄利子 (いしざき えりこ)

誕生日：昭和45年2月21日

趣味・特技：適当に作る料理

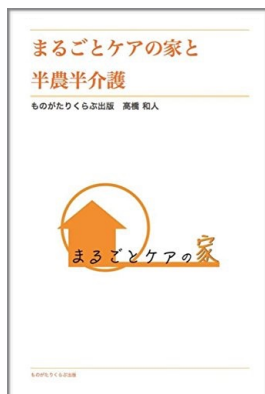
好きな言葉：「気にしないこと」

無関心ということではなく、物事を一度自分の中に落とし込み、それでも上手く行かない時、どうしても出来ない時、あえて気にしない選択をすると、意外と事がスムーズに流れる...ということがわかりました。

メッセージ：訪問看護の道に進み3年目に入りました。予防的ケアを通して、自分自身も人生折り返したことでその大切さを十分に感じています。薬に頼らず、そして体のメンテナンスをしっかりと行い、元気なおばあちゃんを目指していきたく日々思っています。ちなみに最近は歯医者に通い、歯磨き指導を受け、毎日の歯磨きが大好きになりました！今後もどうぞよろしくお願ひします^^



ものがたりくらぶ出版



ささえるさんの家内覧会開催

遠方からも沢山の方々のご参加ありがとうございました！村上先生の一周忌でもあり、私たちにとっては特別な日でもありました。ささえるさんの家は、語ってきた夢を形にできたものです。楽しく集い、学ぶ、遊ぶを企画していきます。ささえるさんの家、今後ともどうぞよろしくお願ひします。
(ささえる母さんこと山田)



井上本部長による挨拶。ささえるさんの家や、ささえるについての説明。

只今看護学生中！の村上による、ポスターを使っての説明。



今日の岩見沢はぽかぽか日和です！photo:斎藤