



◎ 社会福祉法人いなかわ福祉会
秋田県湯沢市川連町字平城下14番地3
TEL:0183-42-2557
FAX:0183-42-2541
ホームページはこちらから → 
www.inakawa-fukushi.or.jp

いなかわ 福祉会だより

東日本大震災から十五年

あの日のことをどれだけ覚えていますが

気が付けばもう十五年の歳月が流れ、時の経過は記憶を薄れさせるとともに、「備えの意識」も風化させてしまっていないでしょうか。

この十五年の間に、新型コロナウイルスの流行や西日本豪雨、熊被害など、様々な災害が起きました。災害はいつも突然、誰かの身に襲いかかります。だからこそ、普段からの備えが重要なのです。

「災害は突然に、備えは普段から」を合言葉に、もしものことを考え、自分の家庭に合わせた備えを実行してはいかがでしょうか。



とある職員宅の災害用品



ペットを飼っている方は、ペットを連れての避難も考えなくてははいけません。家族の一員でもあるペットの衣食住への備えも必要になります。



とある職員のペットとその備え

いかに早く、備えの準備をするかが重要です。災害は、明日あなたの身に起きるかもしれないのですから。

山菜の 季節ですね

雪解けがすすんだ春の味覚といえば、山菜。独特のほろ苦さが特徴の山菜には、

- ①カロリーが低い
- ②栄養価が高い（ビタミン、ミネラル、食物繊維など）
- ③塩漬けや天日干しなどで長期保存が可能

というような良い点があります。

熊の出没による山菜への影響は懸念されますが、旬の味覚として味わいたいですね。



物忘れ

誰でも発症する可能性のある認知症。認知症か年齢による物忘れかの違いは、その『忘れ方』にあります。

年齢による物忘れ

- ①昨日の夕食のメニューを忘れる
- ②人の名前がすぐに出てこない
- ③物を置いた場所を忘れるが探すと見つかる

認知症を疑う物忘れ

- ①昨日の夕食を食べたこと自体を忘れる
- ②約束したことが自分でまったく覚えていない
- ③料理の手順が分からなくなる

編集後記

植物は、人の心を豊かにしてくれます。

職場で育てているサボテンの名前は「ミウラさん」です。

★今回は私が担当しました！★



広報委員

くろみケアプランセンター
宮崎 綾