塩尻市社会福祉協議会
ホームヘルパーステーション　社協ふれあい

ヘルパー通信

NO.139 令和 5 年 9月

９月に入りましたが、残暑で汗ばむ日がしばらく続きそうです。
しかし、田んぼの稲穂は黄色く頭を垂らし、空にはうろこ雲。
日が沈むのも少しずつ早くなり、秋の訪れを感じるようになりました。
朝夕に涼しいなと感じる日が増え、寒暖差が大きい時期です。体調崩さないようお気をつけ下さい。

今年は関東大震災が発生して100年の節目の年です。
発生した9月1日は「防災の日」と制定されています。
もう一度、災害への備えを確認しましょう。

・家具の固定、配置を工夫して転倒を防ぎましょう。
・家族との連絡方法を確認しておきましょう。
・自分の住む地域の危険個所をチェックしておきましょう。
・寝床のそばに履物を置きましょう。

新しいヘルパー紹介　松本昌子ヘルパー

8月より復帰しました。三児の母をしておりまだ子供が小さい為、
ご迷惑をおかけしてしまうかもしれませんが誠実に
一生懸命仕事をしたいと思います。
これから宜しくお願い致します。

頭の体操　９月　歌クイズ
誰が歌っていたでしょう？

①月がとっても青いから

②高原列車は行く

③月の法善寺横丁

ふらっと散策

堀金のひまわり畑

ブドウ畑

山麓線からの夕日と稲穂

片丘でアメリカ出身の素敵なご夫婦に出会いました。
お二人はワイン用のブドウ栽培をしています。二年後には自分のワイン醸造所を作りたいと明るい未来を語ってくれました。
そのワインを目にする日を楽しみに待ちたいと思います。

答え　①　菅原都々子　②　岡本　敦郎　③　藤島　桓夫