



11月5日 沖縄県消防操法大会で見事優勝、全国大会へ



沖縄県消防操法大会出場(11/5開催)



南部消防操法大会 総合優勝(10/3開催)

島尻消防団が県消防学校で開催された第29回沖縄県消防操法大会の小型ポンプ操法に男女2チームが出場しました。女性小型ポンプ操法が優勝、男性小型ポンプ操法が入賞と好成績を収め、女性小型ポンプ操法は2年後の全国大会に出場します。全国大会は、都道府県代表の消防団が、迅速、確実かつ安全に行動するために定められた消防用機械器具の取扱い及び操作の基本について、その技術を競う大会で、2年に1回開催されます。

11月29日 喜びと絆を共有、音訳サークル創立30周年祝賀会



八重瀬町社会福祉協議会にて音訳サークルやえせの創立30周年祝賀会が行われました。

サークルの会員、声の広報のリスナー、社会福祉協議会関係者が参加し、祝福とともに過ごしました。

我如古朝美会長は「メンバー同士が互いに支え合い、楽しく交流しながら疑問を呈しともに成長していく姿や、リスナー様との交流会にて直接いただく感謝の言葉が私たちの活動の大きな力となっています。『できることをできる人が』を合言葉に、これからも皆さまとともに歩み続け、より充実した音訳活動を目指していきます」と今後の活動の意気込みを話しました。

「できることをできる人が」を合言葉に、これからも皆さまとともに歩み続け、より充実した音訳活動を目指していきます」と今後の活動の意気込みを話しました。

音訳サークルやえせ

1994(平成6)年、社協で開かれた音訳ボランティア養成講座を修了したメンバーで設立し、町広報誌や社協だよりの音訳活動を行っています。

地域福祉へ貢献活動が讃えられ、これまでに沖縄県福祉のまちづくり奨励賞(写真右)や沖縄県社会福祉大会県知事賞などを受賞しています。



2017(平成29)年当時

声の広報を知っていますか?

書かれた文字を音声化することを音訳おんやくといいます。音訳サークルやえせが音訳した広報誌を「声の広報」として、視覚障害のある方々をはじめ広く町民に届けています。

ぜひお聞きください



~声の広報ができあがるまで~

① 定例会(月1回)

吹込みの担当割り当てや写真・イラスト等文字以外を分かりやすく説明する伝え方を話し合います。

② 吹込み・編集作業

声の広報の録音。音質の確認やトリミングもサークルメンバーの手作業で行います。

③ リスナーへ配布

社協窓口や郵便配達を通して届けられます。町ホームページでも音源を公開しています。



声の広報の配布や、活動の内容を知りたい方・ボランティアとして参加してみたいという方はお気軽にお問い合わせください。

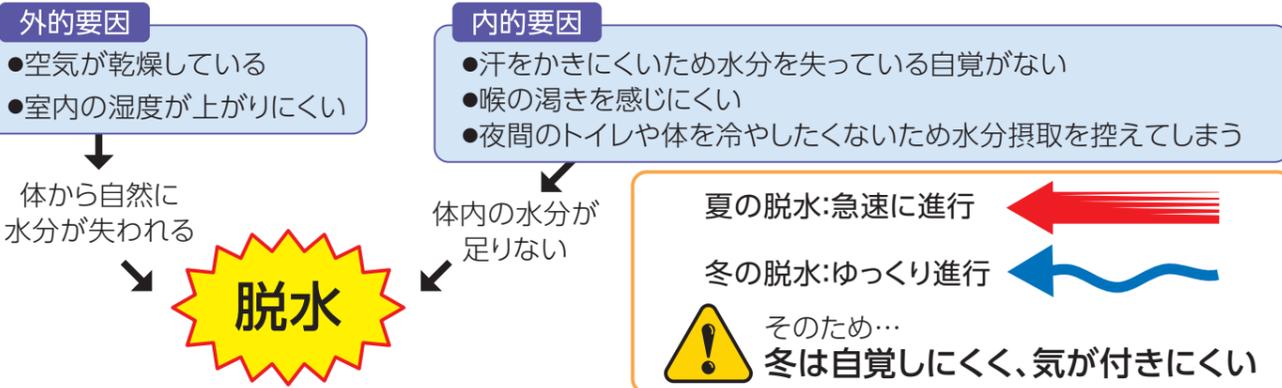
《音訳サークルに関するお問い合わせ | 八重瀬町社会福祉協議会 | ☎098-998-4000》

保健センターだよりの R7-No.3
冬は「隠れ脱水」に要注意!!

《お問い合わせ》
八重瀬町保健センター
☎098-998-1149

寒くても注意!

なぜ、汗をかかない冬も脱水になるの?



こんな方は特に要注意!!

- 多血症(Hb・Ht・RBCが高値)の方
- コレステロールが高値の方
- 痛風・尿酸値が高値の方
- 血圧の高い方

脱水により血液中の水分が出ていき血管の中の赤血球やコレステロール、尿酸の濃度が増す



血液の粘度が増すことで心臓や血管に負担がかかる

心疾患・脳血管疾患のリスクが高まる

血液検査データeGFRが低めの方や腎機能が低めの方は、より腎臓に負担がかかります ※水分制限のある方は主治医に確認してください

★ 隠れ脱水のサイン [カサ・ネバ・ダル・フラ] ★

- ① **カサ** 手先など皮膚がカサカサ
- ② **ネバ** 口の中が粘る・飲み込みづらい
- ③ **ダル** 体のだるさを感じる
- ④ **フラ** めまいや立ちくらみでフラフラ

★予防にはこまめな水分補給や湿度管理が大切です! 食事をとることも脱水の予防になります。1日3食、とりましょう!