



NPO 法人ファミリーサポート 愛さん会ニュース!

2022.4.25 No.88

発行者

NPO法人ファミリーサポート愛さん会

発行責任者 平良 博子

〒902-0075 那覇市上間 590-4

下地アパート1F (098)851-7304

「愛さん会の炊出し」地域にて漫透!

「ファミリーサポート愛さん会」では、昨年の十一月から那覇市新都心公園で毎月第四曜日に生活困窮者の皆様へ炊出し・食料・衣類やマスク等の配布を行っております。今月も一十三日㈯の土曜日に炊き出しを行いました。今回のメニューは、トンカ・おにぎり・ゆで鶏を提供しました。炊き出しはこれまで6回(12月1回、1月2回、2月1回、3月1回、4月1回)実施しております。この日を待ちにしておられる方もおりました。事務局が案内表示板に次月の実施日を記載していることや、今も常連さんになっておられる方々のロゴマークで広かり、毎回入員がふえてきており事務局も嬉しい悲鳴をあげております。



4月24日、沖縄県の発表によりますと、新たに感染が確認されたのは1311人で、先週の日曜日に比べてわずかに4人少なくなりました。まだまだ予断を許さない状況にあります。会員の皆様にはこれまで同様「3密」を避け、手洗いやマスク着用を心がけ、この難局を乗り切っていきましょう。会員の皆様の協力を賜りますようよろしくお願いいたします。

寝たきりゼロへの10か条!

生活リハビリテーションが重要です。
暮らしの中でのリハビリテーションは食事と排泄、着替えから。。



一口メモ



胎児の命を繋ぐ「羊水」の巡り!

「羊水」は胎児の命を繋ぐ水です。子宮の中には、母体の血液（血漿）が染み出します。胎児は羊水の中で母体の衝撃から守られ、自由に手足を動かしており、その動きが胎児の筋肉や骨格の発達を促進します。羊水の容積は胎児の成長に合わせて増えていき、最大700~800mlになります。

〈胎児循環〉

胎児は、羊水を取り込み呼吸運動の練習をしています。吸い込んだ羊水は尿として再び羊水に排出され循環しています（酸素の取り込みや二酸化炭素の排出は臍帯を通じて母体に排出されるため羊水は常にきれいな状態を保っています）。

また、分娩時には羊膜に包まれた羊水が子宮口を押し広げ、陣痛の圧力から胎児を守ってくれる働きがあるほか、破水することによって産道を滑らかにしてくれています。このように、羊水は胎児を守り、出産を支える命の水なのです。