

社協報「ほほえみ」の名称は明るく夢をもって笑顔で暮らせる地域の福祉づくりを進めていくことから名づけられました。

- 社協ってどんなところ？
- 社協の年間スケジュール
 - “地域の介護” 応援宣言
 - おらほのサロン (金井区・姫子沢区)
 - ボランティアセンターかわら版

お花見交流会
(新張区)



おらほのサロン
(姫子沢区)

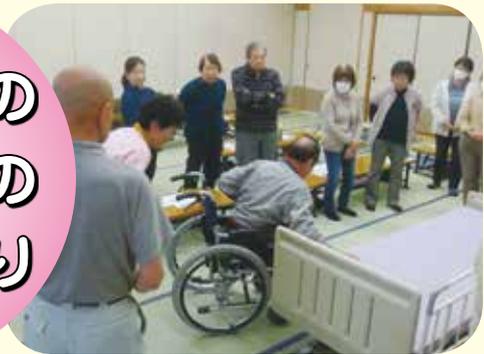


おらほのサロン
(西宮区)



住民主役の
支え合いの
まちづくり

あった介護教室



日赤奉仕団総会



ボランティア
スキルアップ
講習会



地域の皆さんの身近な存在を目指します！

～東御市社協の組織と事業を紹介します～

会 長

事務局 長

福祉のことなら
社協にご相談ください！
☎ 62-4455



▲いきいきサロン

総務係

法人運営

- 法人の運営
- 理事会・評議員会
- 社協会費の受付
- 苦情窓口

福祉総合相談

- まいさぼ東御
- 権利擁護事業
- 福祉資金の貸付

日赤

- 日赤活動資金の募集
- 奉仕団の活動支援
- 義援金の受付
- 災害見舞



▲会費収納会議



▲日赤奉仕団

地域福祉係

支え合い活動

- いきいきサロン
- 災害時支えあい台帳

イベント

- 福祉の森ふれあいフェスティバル
- 福祉啓発の講演会

貸出

- 福祉自動車・福祉用具
- レクリエーション道具

サービス

- ふとんの丸洗い
- 希望の旅事業
- ひとり親家庭交流旅行
- 音訳・点訳サービス

ボランティア

- ボランティアの支援
- 福祉の出前講座
- ボランティア保険

福祉総合相談

- 結婚相談

共同募金

- 募金運動・募金配分

介護支援係

ケアマネージャー

- 介護相談の受付
- 要介護認定調査
- ケアプラン作成

介護サービス係

ヘルパー

- 介護・生活支援
- 生活相談・助言
- ほほえみサービス（自由契約サービス）
- 障がいサービス



▲福祉の森ふれあいフェスティバル



▲男性の料理サロン



▲福祉体験学習



▲共同募金街頭活動



▲各種出前講座

社協の年間スケジュールです

4月

- ★日本赤十字社・東御市奉仕団総会及び活動資金募集会議

5月

- ★社協報「ほほえみ」発行
(以後、7・9・11・1・3月の奇数月発行)



▲寝たきり高齢者希望の旅

- ★福祉施設ボランティア連絡会議

- ★福祉体験学習サポーター養成講座

- ★日赤活動資金募集(期間は5月1日～31日)

*活動資金額 500円～

- ★福祉運営委員長研修会

- ★自然を楽しむ会

- ★寝たきり高齢者希望の旅



6月

- ★寝具洗濯乾燥消毒サービス(次回11月に開催)

- ★ひとり暮らし高齢者ふれあい会食会

- ★支部活動助成金の交付

- ★福祉団体交流会



▲ふれあい会食会

- ★災害時健康生活支援講習会

- ★いきいきサロン料理講習会(次回8月)

- ★在宅介護者リフレッシュ(以後、11・3月開催)

7月

- ★支部長(区長)会 会費募集会議

- ★会費収納(期間は7～8月)

- ★ボランティアセンター運営委員会



8月

- ★男性の料理サロン(以後、定期開催)

- ★サマーチャレンジボランティア

- ★一日赤十字(炊き出し・救急法)

- ★東御市社会福祉大会



▲サマーチャレンジボランティア

9月

- ★重度障がい者希望の旅

- ★敬老祝賀(長寿・金婚祝)

随時

- ★各種ボランティア講座

- ★ボランティアスキルアップ研修会(手話・音訳・点訳)*年3回開催



▲とうみ男の遊び塾

- ★いきいきサロン等の地域福祉活動(地域で実施)

- ★結婚相談(毎週日曜日)

- ★多世代交流サロン「おいでよサンサン広場」
(毎月第2水曜日)

- ★介護講座「あった介護教室」

- ★とうみ男の遊び塾

10月

- ★赤い羽根共同募金収納(期間は1～31日)

- ★街頭募金の実施(田中駅前・道の駅など)

- ★福祉の森ふれあいフェスティバル

11月

- ★介護の日福祉講演会

- ★障がい者福祉のつどい



▲介護の日福祉講演会

12月

- ★ひとり親家庭交流旅行

- ★おせち料理訪問



▲おせち料理訪問

平成31年

2月

- ★地域福祉懇談会の開催



▲地域福祉懇談会

3月

- ★災害ボランティア養成講座



東御市社協の“地域の介護”応援宣言!!

東御市社協では、地域で介護に取り組む皆さんを応援するために、介護に関する相談の受付や下記のような各種事業を行っています。

ひとりで抱え込まない介護・地域全体で取り組む介護の実現を応援します。

福祉用具・福祉車両

福祉用具（ベッド・車いすなど）の貸出相談や、車いすごと乗れる福祉車両（運転はご家族）の貸出を実施しています。



介護者リフレッシュ交流会 介護者サロン太陽の会

介護をされている方のリフレッシュ交流会（近隣の温泉などで交流・情報交換）や、介護者・介護経験者の方を対象とした情報交換サロンを開催しています。



あった介護教室

地域の皆さんに福祉・介護をより身近に感じていただくため、毎年テーマを変え、介護講座や介護施設の見学などを開催しています。



介護の日・福祉講演会

毎年11月11日は“介護の日”です。その日にあわせて、介護の課題などを地域の皆さんで共有するための講演会を開催します！

※各事業についての詳しい内容・要件などはお問い合わせください。TEL 62-4455

3月には「介護者リフレッシュ交流会」と「あった介護教室」を開催しました。

介護者リフレッシュ交流会

3月2日、在宅で家族を介護している人の交流会を開催し、7人が参加しました。この日は佐久方面に出かけ、「ぴんころ地蔵」を見学し、「みはらしの湯」でストレッチ体操や、昼食を食べ交流しました。初めて参加した人は「とても楽しかった。ぜひまた参加したい」と話していました。



▲「ぴんころ地蔵」を見学してリフレッシュ！

あった介護教室

3月15日、市総合福祉センター2階高齢者センターで「あった介護教室」が行われました。腰を痛めない介護技術をベッドや車いすを使い、実際に体験しながら学びました。

在宅で介護している方も参加し、「とてもわかりやすかった。動いている様子が確認できてよかった」と話していました。



▲実際に「車いす」を使って学びました

みんなサロン 『おらほのサロン』 各区のサロン紹介 あんなサロン

金井区

お花見食事会開く

4月15日、金井公民館でいきいきサロンが行われました。この日はお花見食事会として25人を超える人が参加。お花見団子や赤飯など食事を食べながら、福祉運営委員で企画したビンゴ大会やカラオケを楽しみました。参加者からは「こうやって地域の中で集まれるのは本当に楽しい。ビンゴも食事も皆できて満足です」といった声が聞かれました。



▲「みんなで食べると本当に楽しいです」

姫子沢区

手話ダンスも楽しむ

4月24日、姫子沢公民館でいきいきサロンが行われました。お花見食事会として開催し、レクリエーションや体操などをし、お手玉遊びや手話ダンスなどを行い、全員が一緒になって楽しみました。また手作りの豚汁が振る舞われ、「みんなと一緒に食べるというも以上に美味しい」「準備してくれる方がいるからこそ続けられる」と話していました。



▲「お手玉遊び」で交流しました

平成29年度 「まいさぽ東御」 の相談状況ご報告

——— 生活や就労にお困りの方の相談を受け、生活の改善について支援をしました ———

★新規の相談 95件

① 40代…25人 ② 30代…17人 ③ 50代…16人 ④ その他世代…37人

★就労をされた方の件数 24件

★プチアルバイトに挑戦された方 8件

★認定就労訓練に取り組まれた方 5件

★まいさぽに協力いただいた事業所 26件

協力内容は…プチアルバイト、職場見学、認定就労訓練、事業説明など



…事例…

① 30代男性…10年間、引きこもりの生活。長期離職者。

相談当初は、表情が硬くコミュニケーションが難しかったが、認定就労訓練を利用し、コミュニケーション力を養い、表情が明るくなり積極性を持てるようになり、一般の就労をしている。

② 50代男性…就労困難と賃貸住宅の保証人の問題。

病気を患い、預貯金を切り崩し生活。賃貸住宅入居にあたり保証人が見つからないまま、期限付きで入居。まいさぽの相談後、住居確保給付金と生活福祉資金を利用し、就労先を確保。長野県社協のあんしん創造ねっとの「入居保障・生活支援事業」を利用し、保証人は居ないが継続して入居できるようになった。

…相談は…

ひとりで悩まず 困りごとをお聞かせ下さい。

東御市生活就労支援センター **まいさぽ東御**

0268-75-0222 (直通)

メール maisapo@tomisyakyo.or.jp



ボランティアセンターかわら版

とうみ男の遊び塾 いろいろなテーマで開催

【2月28日：男の湯めぐり塾】

「地域づくり」を視察テーマとして湯田中・渋温泉へ出かけ、温泉でつながる地域づくりを学びました。湯田中温泉などでは、温泉（外湯）を一つの単位として、地域がつくられているといいます。実際に街を歩いた参加者は「歩いてみないとわからないことが、たくさんありますね」と話していました。

【3月14日：男の料理塾】

3月の遊び塾は29年度の最終回。「包丁砥ぎ・料理講座」、そして年度の振り返りの会を行いました。包丁砥ぎでは、上田市の竹内七男^{しちお}さんを講師に招き、実際に包丁砥ぎを体験しながら学びました。料理は、研いだ包丁を使って鍋の食材を調理。作った料理を食べながら、活動を振り返ったり、地域の中の情報交換をしたり、次年度の遊びを計画しました。



▲ガイドの説明を熱心に聞いた



▲講師の指導で包丁研ぎを体験

福祉教育おてつだい隊養成セミナー

	開催日	学習内容	
第1回	6月 7日（木）	高齢者疑似体験	高齢者疑似体験グッズやアイマスクを着けたり、車イスに乗って体験をします。
第2回	6月12日（火）	アイマスク体験	
第3回	6月18日（月）	車いす体験	

時 間 午後1時30分～3時30分
場 所 市総合福祉センター3階研修室
参 加 費 無料（1回のみ参加も可）
申込方法 6月1日（金）までに、下記へお申し込みください。
そ の 他 受講者は、市内の小・中学校で行う福祉体験学習（出前講座）などでボランティアとしてご協力いただきます。

＜申し込み・問い合わせ先＞
 社会福祉協議会（総合福祉センター内）
 ☎62-4455

日本赤十字社

活動資金にご協力をお願いします
募集期間 5月1日（火）～31日（木）

活動資金は、災害救護や支援、救援活動に使用されます。期間中、日赤奉仕団員や役員が各戸にお伺いしますので、ご協力をお願いいたします。

地域を支える日赤奉仕団員さんってどんな人??

啓 発 非常食体験などを通じた、日赤活動や非常時対応の啓発	研 修 視察研修や健康生活支援講習会などの活動	訓 練 非常時に備えた救急法・炊き出し訓練
-----------------------------------------	-----------------------------------	---------------------------------

私たちの地域で活躍する日赤奉仕団員をみんなで応援しましょう!!



ボランティア連絡協議会総会・ボランティアスキルアップ講習会

3月28日、市総合福祉センターで平成29年度東御市ボランティア連絡協議会（ボラ連）の総会が開かれました。ボラ連は、市内で活動するボランティアの任意的な団体で、ボランティアに関する研修活動や情報交換活動などを行っています。この日も22団体4個人が参加し、意見を交わしました。

また総会終了後、ボランティアスキルアップ講習会も開催され、身体教育医学研究所の朴相俊氏より「100年人生 健康に生きる秘訣」と題して講演が行われました。



▲ボランティア連絡協議会総会で会長あいさつ

災害ボランティア養成講座



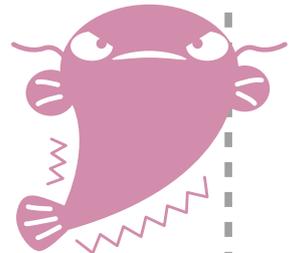
3月10日、市総合福祉センターで災害ボランティア養成講座を開催しました。今年は県社会福祉協議会から福澤信輔氏を招き、災害が発生した際の災害ボランティアセンターの初動体制について学びました。また講座の後半にはグループに分かれてワークショップを行い、東御市で災害が起こった場合、「自分で何ができるのか」などをテーマに話し合いました。福澤氏は「災害はいつ起こるかわからないもの。日頃から地域のつながりを意識することで、災害にも強い地域づくりにつながる」と話していました。

災害を忘れないという意識、地域で共有しましょう

— 被災を忘れないことは、自分の身を守ることにもつながります —

3月11日、東日本大震災から7年。4月14日、熊本地震から2年が経過しました。「災害は忘れた頃にやってくる」この言葉には、自然災害は生活の中で忘れずに意識し、地域の中で共有しながら備えるという意味が含まれているように思います。

私たちも下記のポイントを大切にしながら、自分の家族・地域で防災についての意識を共有しましょう。



災害を知る

災害に備えるためには、まず自分の地域でどのような災害が想定されるのか知ることが大切です。地域の避難所の位置や防災マップなども確認してみましょう。



物で備える

災害が起きてしまった場合、すぐに避難が必要になる場合もあります。その時に焦らないためにも、避難用の物品を日頃からリュックにまとめておくなどの備えが必要です。



地域で共有する

災害は1人に降りかかるものではありません。地域全体が被災することを想定し、その地域がどのように災害に向き合うのか、意識の共有を行うことも大切です。



社協のヘルパーよりみなさまへ あったかいごだより No.28

高齢期になると、体力や気力などはどうしても若い頃と同じというわけにはいかなくなります。言い換えると、若いときと同じような無理がきかなくなってきました。でも、この無理がきかなくなる、ということを知ることは、実は充実した高齢期を過ごすための大前提になるのです。

1. 規則正しい生活をする
2. 食生活に気を配る
3. 軽い運動の習慣を取り入れる
4. からだの不調に早く気づく

です。

心掛けと日頃のちょっとした積み重ねがあれば、健康寿命はきっと延ばせるはずですよ。



介護者リフレッシュ交流会

in 群馬県「やんばツアー」- 参加者募集！

- ◆日時 6月13日(水) 午前9時30分～午後3時30分
集合：総合福祉センター2階駐車場 午前9時25分
- ◆行き先 ・建設中の八ツ場ダム 建設現場特別見学
・「浅間酒造観光センター」
※こんにゃくづくり体験・昼食
- ◆対象者 在宅で介護している家族の方
※介護サービス利用の有無は問いません。
※要介護の方が、入所施設や病院を長期的に利用されている場合は除きます。
- ◆定員 15人
- ◆参加費 1,000円
- ◆申込締切 5月25日(金)
※送迎を希望される方はお申し出ください。



<申し込み・問い合わせ>

社会福祉協議会 地域福祉係 電話62-4455

布団の丸洗いサービス

～夏に備えて!! 布団をふかふか心地にリフレッシュ～

- 対象者 下記項目に該当し、寝具類の衛生管理が困難な方
・70歳以上で一人暮らしの方、または高齢者のみの世帯の方
・在宅の寝たきり高齢者及び身体に障がいをお持ちの方
- 布団の種類 掛け・敷き布団、毛布
- 布団回収日 6月6日(水)・7日(木)
- 布団配達日 6月13日(水)・14日(木) 予定
- 申し込み 5月25日(金)までに下記へ電話でお申し込みください。
- その他 ・布団の種類に関係なく、お一人様2枚までとさせていただきますが、種類によっては、お受けできない場合もありますので、ご了承ください。
・料金は、要介護認定を受けた方は1割負担、その他の方は2割負担となります。
1枚あたり90円から760円程度がかかります。
・可能な方は、白い布に氏名等を記入し布団に縫い付けてください。

[申し込み・問い合わせ]

社会福祉協議会 地域福祉係 (総合福祉センター内)

TEL62-4455

新任のあいさつ

東御市社会福祉協議会 事務局長 山口正彦

この度、4月から東御市社会福祉協議会の事務局長としてお世話になっております。よろしくお願ひいたします。



昨今の多様化し深刻化する生活課題の解決に向けて、地域住民の理解や参画のもと、地域で解決できる活動や仕組みづくりが求められています。

このような中、東御市社会福祉協議会は地域福祉を推進する中核的な組織として、地域の福祉課題・生活課題の解決に取り組んでおります。誰もが安心して暮らすことができる地域福祉の実現に向けて、微力ではありますが尽くしてまいりたいと考えております。

よろしくご指導ご協力の程お願い申し上げます。

善意をありがとうございます

(3月、4月受け付け分)

- 匿名様 …… 紙おむつ (未使用)
- 丸山 京子様 …… 紙おむつ (未使用)
- 匿名様 …… 介護用品、紙おむつ (未使用)
- 匿名様 …… シャワーチェア
- 匿名様 …… ポータブルトイレ、紙おむつ (未使用)
- 匿名様 …… ポータブルトイレ
- 匿名様 …… ポータブルトイレ
- 匿名様 …… 歩行器、紙おむつ (未使用)
- 関 一能様 …… 歩行器、車いす

ウエスをありがとうございます

(3月、4月受け付け分)

- 花づなの会 様
- 匿名様 (白鳥台)
- 土屋あさみ 様
- 匿名様



●編集後記

だいぶ暖かい日が続くようになりました。通勤時にも散歩をされている方を多くみかけます。今年は桜の開花が10日ほど早く、皆さんも見に行かれたでしょうか。私も外に出て散策や体を動かす機会を増やそうと思いました。(原澤)