

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？
- 今年の社協は？ 年間スケジュール
- 地域福祉懇談会5地区で開催
- 多世代交流サロン「おいでよサンサン＊」スタート！
- ボランティアかわら版

▶おらほの地域福祉づくり事業  
で世代間交流（中八重原区）



◀災害ボランティア養成講座



◀介護予防センター「ゆうふる」で  
お花見



誰もが  
安心して  
暮らせる  
福祉の  
まちづくり

▲サロンのための料理講習会



▲日赤奉仕団総会



▲ボランティア連絡協議会総会

# 市民に身近で頼れる存在を目指します!!

～東御市社会福祉協議会をよろしくお願いします～



▲いきいきサロンの様子

会 長

事 務 局 長

福祉のことなら社協に  
ご相談ください!  
電話:62-4455

総 務 係

地域福祉係

介護支援係

介護サービス係

## 社協って何をやっているの??

主な事業を紹介します。

### 各区の支え合い活動

#### <地域福祉係>

隣近所の助け合い・支え合いを応援します。

- いきいきサロン
- マップ作り
- アンケート調査
- 絆作り

### 福祉なんでも相談

#### <総務係・地域福祉係>

福祉・介護の専門家が困りごとの相談を受けます。

- 結婚相談
- 金銭管理
- 資金の貸付

### ボランティア

#### <地域福祉係>

ボランティアして欲しい人になりたい人をつなぎます。

- ボランティア活動のバックアップ
- 福祉の学習(出前講座)
- 保険、助成金

### イ ベ ント

#### <地域福祉係>

福祉を身近に感じてもらえるようイベントを開催します。

- 福祉の森ふれあいフェスティバル
- 福祉講演会
- 社会福祉大会

### 貸 出

#### <地域福祉係>

無料で貸出をします。(一部実費あり)

- 福祉自動車
- 福祉用具
- レクリエーション道具

### サ ー ビ ス

#### <地域福祉係>

高齢者: ふとんの丸洗い  
介護予防センター  
介護者交流会など  
障がい者: 音訳・点訳サービス  
レクリエーション交流会  
希望の旅  
ひとり親家庭: 交流旅行

### ヘルパー

#### <介護サービス係>

高齢者や障がいをお持ちの人が自宅で安心して暮らせるようお手伝いします。

- 介護、家事
- 生活相談・助言

### ケアマネージャー

#### <介護支援係>

介護が必要になった人により添い、介護サービスの計画(ケアプラン)をたてます。

### 日 赤

#### <総務係>

赤十字活動をすすめます。

- 赤十字社員の募集
- 日赤奉仕団の育成

### 共 同 募 金

#### <総務係>

赤い羽根共同募金運動をすすめます。

- 募金運動と募金の配分



▲福祉の相談

▼小学校で福祉教育





# 社協の年間スケジュール(案)です

## 4月

- ★日本赤十字社・東御市奉仕団総会及び社資募集会議
- ★地域福祉活動援助講座いきいきサロン料理講習会(以後、8月に開催)

## 5月

- ★理事会、評議員会、平成25年度事業報告、一般会計決算等の審議
- ★平成25年度決算監査
- ★福祉運営委員長研修会
- ★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
- ★福祉体験学習サポーター養成講座
- ★社資募集(期間は5月1日～31日)\*社資額 500円～



▲社協報「ほほえみ」

## 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
- ★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・午前9時～12時)
- ★多世代交流サロン「おいでよサンサン」(月1回)

## 10月

- ★福祉の森ふれあいフェスティバル
- ★赤い羽根共同募金収納  
(期間は1日～31日)
- ★街頭募金の実施(田中駅前、道の駅等)



▲赤い羽根共同募金

## 11月

- ★平成26年度中間監査
- ★介護の日福祉講演会
- ★障がい者福祉のつどい

## 12月

- ★ひとり親家庭交流旅行
- ★次年度事業計画検討会
- ★おせち料理訪問



▲福祉の森ふれあいフェスティバル

## 6月

- ★寝具洗濯乾燥消毒サービス(以後、11月に開催)
- ★ひとり暮らし高齢者ふれあい会食会
- ★自然を楽しむ会
- ★支部活動助成金の交付
- ★災害時健康生活支援講習会
- ★福祉団体ゲートボール大会



▲ひとり暮らし高齢者ふれあい会食会

## 7月

- ★支部長(区長)会 会費募集会議
- ★会費収納(期間は7月～8月)
- ★在宅介護者リフレッシュ(以後、11・3月開催)

## 8月

- ★介護技術講習会「あった介護教室」
- ★夏休みボランティア体験教室
- ★一日赤十字(炊き出し、救急法)



▲介護技術講習会「あった介護教室」

## 9月

- ★重度障がい者希望の旅
- ★敬老祝賀(長寿・金婚祝)
- ★総合防災訓練

## 平成27年1月

- ★福祉のまちづくり講座

## 2月

- ★地域福祉懇談会の開催



▲地域福祉懇談会

## 3月

- ★理事会・評議員会 平成27年度事業計画、一般会計予算等の審議
- ★災害ボランティアサポーター養成講座



▲災害ボランティア養成講座

～※都合により、予定が変更になる場合があります。～

# 各地で地域福祉懇談会ひらく

2月27日から3月17日にかけて、市内5地区で地域福祉懇談会を開催しました。今年は大雪のため開催日を変更しましたが、大勢のみなさんに参加いただき、地域福祉に対する関心の高さを感じました。

この懇談会には、区の福祉活動を推進している支部長（区長）、民生児童委員、福祉運営委員、高齢者クラブ、ボランティアの皆さんが参加し、それぞれの区の福祉活動について活発な意見交換が行われました。



▲田中地区（市総合福祉センター）



▲社協の増田会長があいさつ



▲滋野地区（滋野コミュニティセンター）



▲祢津地区（市総合福祉センター）



▲和地区（和コミュニティセンター）



▲北御牧地区（北御牧公民館）

## 社協の事業紹介

# 介護予防センター「ゆうふる」

社会福祉協議会では、介護予防が必要な高齢者（65歳以上）を対象に、会話や趣味活動、健康体操など、元気で楽しく暮らすための介護予防事業を「ゆうふるtanaka」で行っています。詳細は次の通りです。

## 『ゆうふる』の一日はこんな感じです！

**朝** 送迎車で自宅まで迎えに行きます。

**午前** ①血圧測定などの健康チェック  
②希望者は入浴もできます。

**昼** 『ゆうふる』の手作りの食事をみんなで食べて休憩します。

**午後** 趣味活動やレクリエーション、体操などで心も体もリフレッシュします。

**帰り** 自宅まで送ります。



◆利用日、利用回数  
毎週 火曜日、水曜日、金曜日  
※いずれか週1回の利用

◆利用料  
1回 1,000円  
(送迎、入浴、食事付き)

◆お申し込み、問い合わせ  
東御市地域包括支援センター  
☎64-5000



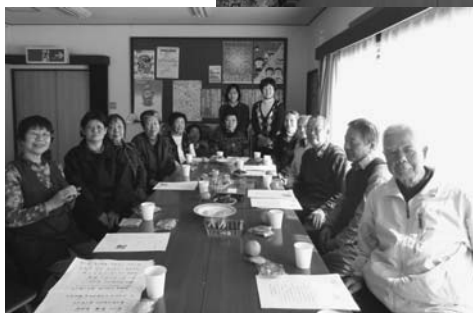


# 各地のいきいきサロンから



## 祢津南区いきいきサロン

2月23日、祢津南公民館でいきいきサロンを開き、大雪のなか13人の皆さんが参加しました。お茶会では、2月中旬の大雪の話題が中心でしたが、参加者同士で替え歌などを歌って楽しく交流しました。祢津南区ではいきいきサロンのほか、区民の交流を目的に月2回、卓球で交流を図っているそうです。



▲替え歌を歌って楽しいひととき



▲お茶会では「大雪」の話題が……

## 海善寺北区いきいきサロン

4月13日、海善寺北区では市高齢者センターで、24人がお花見と食事会の楽しいサロンを行いました。高齢者センターの周りは桜花爛漫、会場にはゲートボールや輪投げなどのゲーム機が用意され、それぞれに分かれてゲームをしました。とりわけ新村順作さん手製の射的には人気がありました。各ゲームでの珍技に爆笑を誘い、ゲーム成績発表の後、福祉運営委員などのおもてなしで打ち解けた楽しい食事会となりました。



▲楽しくゲームで交流



▲和気あいあいと食事会

## 西宮区いきいきサロン

4月24日、西宮区はお花見会を兼ねた「いきいきサロン」を西宮公民館で行いました。高齢者ら50人が集い、合唱やゲーム、心づくしの会食で交流し、楽しいひとときを過ごしました。

合唱は白石みさよさん（和）が指導。ユーモアあふれるリードで、参加者は気持ち良く歌声を響かせ、「声を出してせいせいしました。若返りました」と満足気でした。続いて、「スロットボール」と「ちゃぶ台輪投げ」に挑戦、互いに声援しながら和気あいあいと体を動かしました。



▲体を動かしウォーミングアップ



▲輪になって動きながら歌う

## 片羽区いきいきサロン

4月25日、市高齢者センターでは片羽区いきいきサロンが開かれ、約30人が参加しました。この日は会場でスロットボールや輪投げなどのゲームをしたり、昼食で楽しく交流。その後は「フラダンス」を見たりカラオケをしたり、心あたまるひとときを過ごしました。片羽区では唐澤準一福祉運営委員長（委員10人）



▲「スロットボールは楽しい」と参加者



▲いろいろおしゃべりしたり楽しく過ごす

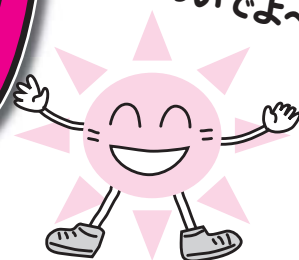
を中心に企画をし、年6回の会食会を同センターと片羽公民館で行っています。

# ～多世代交流サロン～

# おいでよ サンサン

～明るく、楽しく、ほっとできる場所～

育児中のパパ、ママ  
おじちゃん、おばちゃん  
おじいさん、おばあさん  
みんな集まっておいでよ～



東御市社会福祉協議会では、住み慣れた東御市で気軽に集まって楽しく過ごせる場所を作りたいと願い、「～多世代交流サロン～おいでよサンサン☀」をはじめます。お茶を飲んでワイワイ過ごしたり、生活の困りごとを相談したり、趣味を生かしたり体を動かすなど、いろいろなことを通じて、仲間づくりができる場所です。ぜひ一度、お越しください！ くわしくは、下記のとおりです。



場所：東御市総合福祉センター 2階高齢者センター大広間



おいでよサンサン開催日

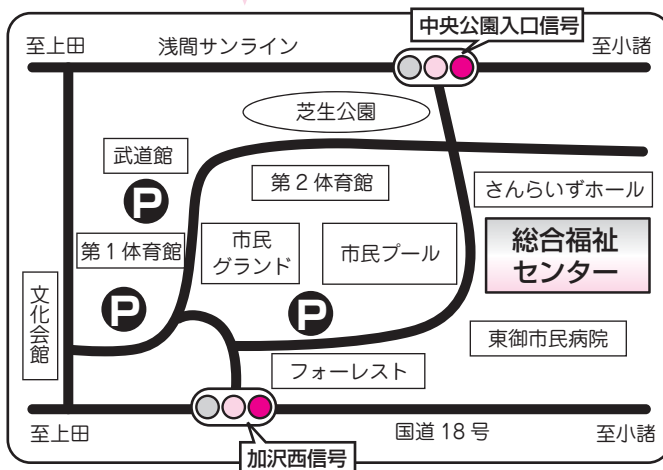
時間：10:00～15:00

＜開催時間内で自由に参加できます＞

|     |        |         |        |
|-----|--------|---------|--------|
| 6月  | 11日(水) | 11月     | 12日(水) |
| 7月  | 9日(水)  | 12月     | 10日(水) |
| 8月  | 20日(水) | H27年 1月 | 14日(水) |
| 9月  | 9日(火)  | 2月      | 5日(木)  |
| 10月 | 8日(水)  | 3月      | 13日(金) |



場所



行ってみたい! と思ったら☎まずはお電話を!

- ① 初めての方はお名前と連絡先をお聞きします。
- ② 送迎を希望する方には送迎をします。  
送迎を希望する方は、開催日の2日前までに連絡してください。
- ③ 当日、自分で来られる方は、お越しいただいてもOKです。
- ④ 開催時間内であれば、自由に参加できます。

送迎：希望する方にはご自宅まで送迎します。

利用料：入浴、昼食実費分（入浴、昼食は希望する方）

東御市社会福祉協議会 電話：62-4455



# ボランティアかわら版



## ボランティア笑顔の



☆東御市のボランティア連絡協議会加入団体の代表者にインタビューをします。

「音楽を楽しむ会スキップ」

その24

佐藤 千枝さん

連絡先 電話62-0451



### Q 活動内容を紹介してください

障がいのある人達が大好きな音楽（主に太鼓や楽器演奏）を楽しむ会です。発表を通して社会参加し、余暇活動のひとつとして音楽療法的な練習の中で成長発育を促しています。華・遊・舞・楽の4つのセッションに分かれ、毎月2回45分間、特性や年齢に合った練習をしています。

### Q 活動して楽しい、良かったと思うときはどんなとき？

一人ひとりが、楽しいと思って活動できたとき。演奏活動を通して、障がいがあるなしに関わらず、大勢の方々に感動や喜びを届けられたとき。

### Q 活動する際に大切にしていることは？

第1に、「みんなで気持ちをひとつに楽しく演奏活動すること」。第2に、「その場の状況、体調、雰囲気によりいつもの調子を出せない場合には無理をさせない」。

### Q メッセージをお願いします

障がいがあっても、大好きな音楽活動を楽しみながら一生懸命に表現している素敵な仲間たちです。発表の場も広げています。どうぞ温かいご声援をよろしくお願いいたします。



★★★★★次回は『本を読む会「ほたる」』の小林さんです。★★★★★

## 点訳ボランティア養成講座を開催！

点訳ボランティアに関心のある人を対象に、点訳の基本を学んでもらおうと「点訳ボランティア養成講座」を開きました。3月～4月の全6回開催、のべ26人が熱心に受講し、点訳ボランティアの原石が誕生しました！



▲上田点字図書館職員 上原道夫さんの講義



### 点字とは？

ひとマスが縦3点×横2点の、6つの点の組み合わせでできた、目の不自由な方が「触って読むための文字」です。



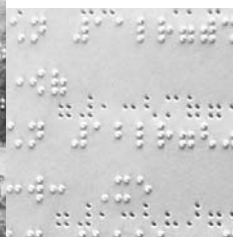
### 「点訳」（てんやく）とは？

「点字に訳す」こと。普通の文字を点字に直す作業です。



▲絵本に点字をつけたもの

カレンダーを点訳したもの▼



### 点字を使っている両角雪弥さんからのメッセージ

点訳ボランティアさんには、東御市民カレンダーなどを点訳してもらってとても助かっています。点字について関心をもってくれる人が増えてくれることを願っています。



(3月・4月の受付分です)

匿名様.....はがき  
 松林正明様.....ポータブルトイレ  
 匿名様.....53,626円  
 匿名様.....10,000円  
 田中ユリ様.....介護ベッド  
 関東西濃運輸労働組合上田支部 様  
 カンガルー運動の募金... 100,000円



◀ 上田支部様から寄付をいただきました。

## ウエス(清拭布)をありがとうございます

(3月・4月の受付分です)

花づなの会様  
 加沢ボランティア様  
 滋野地区高齢者クラブ女性部様  
 匿名様 (田沢)  
 リフレッシュマザーズin田中様  
 六日会様 (本海野)  
 高橋ツネ子様



## 赤十字社の活動資金にご協力をお願いします

赤十字運動期間 5月1日(木)～31日(土)

皆様からご協力いただいた赤十字社の社資は、赤十字活動資金として国内の災害救護や支援、救済活動などに使われます。

運動期間中、日赤奉仕団員や区の役員が各戸にお伺いしますので、赤十字の目的や事業をご理解いただき、社資の納入にご協力をお願いします。

○問い合わせ先 日本赤十字社東御市地区  
 (東御市社会福祉協議会) ☎ 62-4455



## 社協のヘルパーよりみなさまへ あったかいごだより No.3

春の訪れとともに、お花や緑が美しい季節がやってきました！ こんな季節には、室内外ともに行動範囲が広がりますね。皆さん歩くときには足元に注意されていることと思いますが、転倒は意外にも室内で起きることが多いのです。

転びやすいのは1～2cmの段差です。「段差」だと意識していないため、つまづきやすいのです。他にも下のような危険力所があります。



### 転倒予防！

- 滑りやすい床（フローリングなど）
- スリッパやサンダルなどの履き物
- カーペットの端やほころびなど
- 電気器具のコンセントやコードなど
- 照明不良（足元が暗くて見えない）
- 戸口の踏み段



たとえば、電気のコードは壁沿いに留めたり、カーペットの端のめくれた部分は両面テープで留めるなどひと工夫をするだけでも、危険度がぐっと減りますよ！

## 日本財団から助成を受けました！

社会福祉協議会では、日本財団の助成を受けて車を購入しました。主にヘルパー（訪問介護）事業で利用者さんのお宅訪問等に利用します！！



## 編集後記

先日、私の区で春の大祭が行われました。神楽も復活させ、お祭りも賑やかさを増してきましたが、より多くの子ども達にお祭りの楽しさを伝えたいと、今年初めて宵祭りを企画しました。当日は、ボランティアの皆さんにも協力してもらい、模擬店やおでん等も振る舞われ、大勢の参加者で賑わいました。夜が更けるなか、境内を走り回る子ども達を見て、少しうれしくなった私たちでした。  
 (田中)