

東御市
社協報

ほほえみ

61号

平成26年11月17日発行

編集発行 社会福祉法人
東御市社会福祉協議会
長野県東御市鞍掛197
(総合福祉センター内)
TEL (0268) 62-4455
FAX (0268) 64-5695
<http://www.tomisyakyo.or.jp>
印刷 (有)グリーン美術出版

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。

- 「第11回福祉の森ふれあいフェスティバル」特集
- 各地のいきいきサロンから・「おいでよサンサン」レポート
- 月間スナップ
- ボランティアかわら版

▶福祉の森ふれあいフェスティバル(東部中ボランティア)



◀福祉の森ふれあいフェスティバルで賑わう会場



住民主役の
支え合いの
まちづくり



▲介護予防センター「ゆうふる」のレクリエーション



▲男性の料理サロン



▲福祉体験学習(柵津小学校)

▲日赤奉仕団役員研修(長野県赤十字血液センター)

第11回 「福祉の森ふれあいフェスティバル&東御市民病院祭」 とうみのボランティアさん大集合

“ズク出し、知恵出し、支えあう、つなげようボランティアの心”をテーマに、「第11回福祉の森ふれあいフェスティバル&東御市民病院祭」は10月25日、市総合福祉センターと東御市民病院を会場に開催、約1,200人が訪れました。主催は同フェスティバル実行委員会（高藤袈裟幸委員長）と市社会福祉協議会、東御市民病院。ここでは、市民がボランティアに親しんだ「ふれあいフェスティバル」の様子を写真で紹介します。



▲赤い羽根共同募金のゆるキャラ「愛ちゃん」



▲音楽を楽しむ会「スキップ」の和太鼓演奏



▲高藤袈裟幸実行委員長あいさつ



▲もちつき体験道場



▲「信州小諸与良チンドンバンド」



▲「草笛吹好会」のコーナー



▲食生活改善推進協議会の「ふるさと鍋」



▲日赤奉仕団の非常食炊き出し



▲「お手玉花咲会」のコーナー



▲フォークダンスのステージ



▲手話ダンスのステージ



▲キッズダンスのステージ



▲抹茶コーナー



▲「むかし遊びの会」で楽しむ



▲AED体験コーナー



▲プラ板体験（ファンケルボランティア）



▲点字体験



▲手話体験



▲中学生のボランティア大活躍！



▲訪問入浴車体験



▲車イス体験



▲小中学校の福祉体験展示



▲ふれあい喫茶コーナー



▲展示コーナー



▲病院祭「キッズコーナー」



▲病院祭「視野検査」



▲病院祭「骨密度測定」



各地のいきいきサロンから



中屋敷区いきいきサロン

10月24日、中屋敷区は中屋敷公民館で、いきいきサロンを行いました。この日は37人が集り「足腰シャンシャン教室」で健脚度を図り、冬の過ごし方を学びました。地域包括支援センターと身体教育医学研究所の指導のもと、体操をしたり、歩く速さを計ったりしながら、充実した時間を過ごしました。同区のいきいきサロンは若林安正福祉運営委員長を中心に9人で運営しており、頭いきいきサロンやズク出し教室などを行っています。



▲「足腰シャンシャン教室」で体操を行いました

栗林区いきいきサロン

10月24日、栗林区では約50人が参加していきいきサロンを行いました。小林照代福祉運営委員長より、「今年4回目のいきいきサロンの開催」との挨拶の後有賀睦雄区長は、「今年は、『ズク出し、知恵出し、支えあう、つなげようボランティアの心』をテーマに地域福祉活動を展開しているが、本日は落語家林家さんぽさんを招いて、笑いでひと時を過ごしたい」と挨拶。この日の演題は「ローバの休日」で爆笑が絶えず福祉運営委員のおもてなしによる昼食も皆そろって楽しくひと時を過ごしました。



9月9日・10月8日開催

「おいでよサンサン」(多世代交流サロン) レポート

過ごしやすい時期になり、たくさんのお子さん連れのお母さんや高齢者の方など賑やかに交流を行いました。

子供も広い場所で遊べるし、お昼に出前をとって食べるのも楽しみ。



▲子ども達の広～い遊び場も出現

自分のために学んだ事を発表することができ、やりがいになっています。



▲頭の体操を披露してくれました

ママと一緒に時間も楽しいけど、おじいちゃん、おばあちゃんと遊ぶのも楽しいよ～



▲子供から大人まで誰でも楽しめるゲームもするよ

おいでよサンサン 次回のお知らせ
平成27年

12月10日(水)、1月14日(水)、2月5日(木)、3月13日(金)

時 間 10:00～15:00…開催時間内で自由に参加できます。

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

対象者 市内にお住まいの方どなたでも(赤ちゃん連れのお母さんからおじちゃん、おばちゃん、おじいちゃん、おばあちゃん)

※送迎を希望される方は、開催日の2日前までにご連絡ください。

※問い合わせ：東御市社会福祉協議会 ☎62-4455

月間スナッパ

障がい者希望の旅 「楽しい思い出つくる会」

9月6日、「楽しい思い出つくる会」と題して、障がい者の皆さんを対象に日帰りバス旅行で信濃町方面へ出かけました。秋晴れのなか、野尻湖のクルージングに始まり、黒姫高原では一面に広がるコスモスを観賞しました。また、希望者は、ボランティアに付き添ってもらいながら、リフトで山頂まで向かい、普段見ることのできない頂上からの景色なども楽しみました。



▲道の駅「雷電くるみの里」の募金活動



▲田中駅前での募金活動

赤い羽根共同募金

今年も、10月1日～12月31日の期間で赤い羽根共同募金運動が始まりました。運動初日の10月1日には、日赤奉仕団の協力で、道の駅「雷電くるみの里」と田中駅前街頭募金が行われ、大勢の皆さんにご協力いただきました。

ユニバーサルスポーツ「ボッチャ」で交流

市内の福祉関係者やスポーツ指導員等で構成する、健康×スポーツ実行委員会（事務局：身体教育医学研究所）で、ユニバーサルスポーツの「ボッチャ競技交流大会」が10月13日（月）、松本市の南部体育館で開催され、東御市から21人が参加しました。ボッチャはパラリンピックの正式種目で、ユニバーサルスポーツです。東御市からは団体戦の4チームと個人戦の2人が大活躍してきました。



男性の料理サロン

今年度の新規事業となる、男性の料理サロン「楽ちん・しあわせごはん」が11月1日に総合福祉センターで開催され、各地域から12人の参加がありました。自分から参加を決めた人、家族の勧めで参加された人と、参加理由は様々でしたが、「楽しく」をキーワードに焼き餃子、水餃子、野菜炒めを作りました。参加者からは「楽しかったし、レパートリーが増えた。ずっと続けたい」との感想が聞かれました。仲間作りの第1歩の料理サロンとなりました。

ボランティアかわら版



高齢者疑似体験
6年生



竹肉唯衣さん

私にはおじいちゃん、おばあちゃんがいてまだまだ元気だけど、これからは体が不自由になっていくんだと思うと、おばあちゃんやおじいちゃんを支えてあげたい。

**一生懸命
とりくんで
くれました!!**

柵津小学校 福祉体験学習

10月8日・9日

※体験の写真と感想は一致しません

アイマスク（対話型観賞）
6年生



竹内美伶さん

自分がもし見えなかったら、どんなことを話してほしいか考えながら話すことに気を付けた。

車いすツインバスケットボール体験
6年生



田口 愛さん

1人で行動するのが難しく、やっぱり手伝ってもらえるのが嬉しかった。困っている人がいたら助けられるようにになりたい。

点字体験
5年生



土屋翔大さん

白い杖を持っていた人がいたらまず挨拶をしてどこに行くか聞いて場所を教えてください。

手話体験
5年生



柳橋 亨さん

耳が不自由な人にとって、手話はなくてはならないものだと思います。

上小ブロックボランティアフォーラム開催!!



9月27日、長和町長門町民センターで「見て、聞いて、自分の活動を自慢しよう」をテーマに平成26年度上小ブロックボランティアフォーラムが行われ、東御市から6団体23人が参加しました。地元の紙人形グループによる地域の繋がりを描いた「おにのふんどし」の発表のほか、活動見本市と題して、各地区のボランティア活動について、参加者同士で情報交換を行いました。

気仙沼へ行ってきました

「東北の皆さん・応援してます」の会

9月30日、10月1日の2日間、「東北の皆さん・応援してます」の会（有志）では、気仙沼市の仮設住宅で生活している被災者の方々との交流ボランティアに行き、3カ所の住宅を訪問して、紙芝居や指遊び、草笛などを披露しながら交流しました。



◎「東御の日」式典で表彰されました。◎



10月3日、中央公民館で平成26年度「東御の日」式典が行われました。式典では、長年の障がい者福祉の向上に向けたボランティア活動に対して、手話サークル「もみじ」（高橋美也子代表）＝写真左＝と点訳ボランティア「くるみの会」（清水三美代表）＝写真右＝が、それぞれ社会福祉功労で表彰を受けました。

ボランティア笑顔の



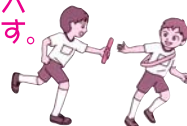
★東御市のボランティア連絡協議会加入団体の代表者にインタビューをします。

「田沢ボランティアグループ」

その26

清水 久子さん

連絡先 電話63-5163



Q 活動内容を紹介してください

活動人数は約30人。田沢区内5支部にわかれて、手料理のふるまいや工夫を凝らして「いきいきサロン」を行っています。そのほか田沢区の行事で、おにぎりや赤飯を炊いたりしています。

Q 活動して楽しい、良かったと思うときはどんなとき？

普段の生活で、会うことや出る機会が少なくなっています。いきいきサロンに参加してお話しして楽しそうにしている方を見たときとても嬉しいです。

Q 活動する際に大切にしていることは？

仲間の雰囲気作りです。意見を尊重して、メンバーが気持ちよく活動できるよう心がけています。田沢ボランティアグループはとても和やかな良い雰囲気です。

Q メッセージをお願いします

「ボランティアなんて忙しくてやれない」「ボランティアは年をとってから」などという声を聞きますが、若い人達も是非、私たちのグループに入って活動したり、いろいろなボランティア活動に挑戦してもらいたいです。



★★★★☆次回は『大石ボランティアグループ』の関ふみ子さんです。★★★★☆

～みんなで作る ひとにやさしいまち～ みーつけた！！ まちの中の工夫

スナッパ⑨「歩車分離式交差点」

ほしゃぶんりしき
こうさてん

知ってるようで
知らない

歩車分離式交差点は、歩行者が安心して横断できるように、歩行者と車両を分離した交差点です。

東御市内にある歩車分離式交差点に行ってきました
場所：「東部湯の丸IC南」交差点

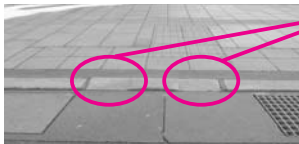


交通量が多いですね

こんな工夫も…

「段差のカット」

車いすで歩道から車道に進みやすくするよう段差がカットされている箇所があります。



段がカットしてあるので車いすの車輪がスムーズに動きます

※↑田中商店街です

交差点を渡りたい時は、歩行者ボタンを押します。



車は止まっています

歩行者だけが交差点内を進んでいます





◀ 株式会社冠婚葬祭愛知グループ
東御愛昇殿様から寄付を
いただきました。



◀ 美容室フォルテ様から寄
付をいただきました。

匿名様……………テレホンカード他
匿名様……………シルバーカー 2台
海北のすずめ様……………老人車 1台他
匿名様……………ポータブルトイレ
匿名様……………38,570円
株式会社冠婚葬祭愛知グループ東御愛昇殿 様
……………142,000円

美容室フォルテ 様
第18回チャリティーカット売上金……………50,000円
ウエス(清拭布)をありがとうございます
(9月・10月の受付分です)

花づなの会 様
リフレッシュマザー in 田中 様
匿名様 (本海野)
海北のすずめ 様
矢島 浩子 様
匿名様 (桜井)
匿名様
あがたボランティア 様
民団東信支部婦人会 様



金婚祝賀式



9月19日、東御市、市高齢者クラブ連合会と社会福祉協議会の共催による金婚祝賀式が中央公民館で開催され、37組の夫婦がめでたく金婚式を迎えました。式典では、社会福祉協議会からも記念品を贈り祝福しました。

敬老祝賀訪問

▶ 小山ゆきさん(写真中央)
が米寿を迎えられました



9月24日、25日に、米寿(88歳)、白寿(99歳)長寿(100歳)を迎えられた皆さんで希望された方に、花岡利夫東御市長と小林峯雄社協会長が敬老祝賀訪問をしました。社会福祉協議会でも記念品を贈り長寿を祝いました。

**社会福祉協議会法人会費
ご協力ありがとうございました。**

(敬称略)

- 俵えびす住宅設備
- 冠婚葬祭愛知グループ
- 有ながこしカメラ
- 竹内工業株式会社
- 有宮坂住研

社協のケアマネジャーよりみなさまへ あったかいごだより

No.6

冬特有のインフルエンザ流行の季節となります。手洗い・うがい、マスク、栄養と休養、適度な温度・湿度を保つ、人ごみを避けるなどみなさん御存じですよね。その他に下記の予防法があるので御紹介します。

1. 三つの首(襟首、手首、足首)を
温めて免疫力を上げる
 2. お茶(紅茶・緑茶) うがい
- インフルエンザのウイルスは紅茶・緑茶に弱いと言われています。



どなたもかかる可能性はありますが、未然に予防する努力が大切。予防対策を行い冬を乗り切れますように……。

編集後記

私の知人で、上田市でフリースクール「侍学園 スクオーラ・今人」を立ち上げ、頑張る同学園の長岡秀貴理事長の学園を立ち上げるまでの軌跡を描いた映画『サムライフ』が、来年2月に全国公開となります。今からとても楽しみです。本『サムライフ』(長岡秀貴理事長著)は私も感動して一晩で読み切ったことが思い出されます。ノンフィクションの内容がどのように映像になるのか…。期待で胸がいっぱいです。(重原君江)