

東御市
社協報

ほほえみ

67号

平成27年11月16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12回福祉の森ふれあいフェスティバル」特集
- おらほの福祉活動 社協の事業紹介
- 金婚・敬老祝賀、月間スナップ
- ボランティアセンターかわら版

ふれあいフェスティバル
(ミニバザー)



おらほの地域福祉づくり
事業(王子平区)



おらほの福祉活動(加沢区)



住民主役の
支え合いの
まちづくり

赤い羽根共同募金運動
(道の駅電くるみの里)



東部中の手話体験



金婚祝賀式



第12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

“で愛！ ふれ愛！ 和き逢愛！ 愛でつなげるボランティア”をテーマに、「第12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24日、市総合福祉センターと東御市民病院を会場に開催。約1300人が訪れました。主催は同フェスティバル実行委員会（荻原妙子委員長）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。



▲県社協のゆるキャラ「ふっころ」も登場



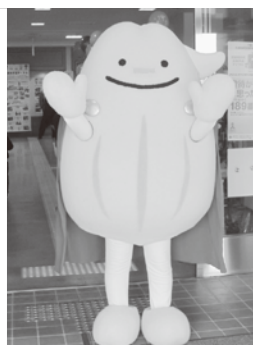
▲音楽を楽しむ会「スキップ」の和太鼓演奏



▲荻原妙子実行委員長あいさつ



▲車イス体験



▲ファンケルのゆるキャラ「発芽ちゃん」



▲手話ダンスのステージ



▲もちつき体験道場



▲AED 体験コーナー



▲「信州小諸与良チンドンバンド」



▲フォークダンスのステージ



▲ヨーヨー釣り



▲「パセリ」のステージ



▲フライングディスクを楽しむ



▲ボランティアクイズ



▲ストラックアウトを楽しむ



▲プラバンキーホルダー作り



▲手話体験



▲ヒップホップダンスのステージ



▲野点サロン



▲喫茶コーナー



▲訪問入浴車



▲ふるさと鍋



▲「草笛」コーナー



▲非常食炊き出し



▲田中小ボランティア委員会の展示



▲「ダーチャ」も参加



▲「病院祭」も同時開催

おらほの福祉活動

加沢区で「収穫祭」ひらく

11月3日、加沢区では老若男女約90人が公民館に集まり、一日楽しいサロンを行いました。

加沢区は、社協が推奨する「おらほの地域福祉づくり事業」に呼応して、地域の子どもたちに米作り体験をしてもらおうとおらほの福祉会が中心となって活動しています。減反水田を利用して田植えから脱穀までを体験し、その収穫米は防災訓練の炊き出しや、中学生の立志式祝いなどに利活用しています。今年も「文化の日」に「収穫祭」と称して、広く区民に呼びかけ餅を添えて収穫を祝い、ハーモニカや童謡・唱歌などで世代を超え打ち解けた触れ合いが出来て、楽しいひと時を過ごしました。



金婚祝賀式

9月18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市中央公民館で開催され、42組の夫婦がめでたく金婚式を迎えられました。



▲岩下利吉さん・千代子さん（写真右側）夫妻が金婚式を迎えました

敬老祝賀訪問

9月24日、25日に米寿（88歳）、白寿（99歳）を迎えられた皆さんで希望された方に、花岡利夫市長と小林峯雄社協会長が敬老祝賀訪問をしました。対象者には記念品を贈り、長寿を祝いました。



▲深井武雄さん（写真左から2番目）ふぶ子さん（写真左から3番目）夫妻が米寿を迎えました

社協の事業紹介

介護予防センター

<場所は？>

ゆうふる tanaka で行っています。

<内容は？>

- ◆月曜日：プール教室（午前）
- ◆火、水、金曜日：茶話会、趣味活動、体操等
- ◆木曜日：筋トレ教室（午前、午後）

<利用料は？>

内容により、利用料（500円～1,000円）を負担いただきます。希望者には送迎も行います。

<利用するには？>

市包括支援センター（☎64-5000）にご相談ください。

社会福祉協議会では、介護予防の必要な高齢者の皆さんを対象に各種サービスを実施しています。詳細は次の通りです。

今回は、介護予防センターを利用している皆さんに健康の秘訣を聞いてみました。

- 大きい声で笑うこと
- たくさんの人達と会話すること
- 楽しみを持つこと
- 外出をすること（介護予防センターに来ることが楽しみ）
- 家の中で役割をもつこと
- できることは自分でやること

月間 スナップ

◆障がい者希望の旅「いい旅ときめき隊 in 山梨」◆

9月5日、6日、
「いい旅ときめき
隊」と称して、障
がいにより外出の

機会の少ない皆さんとボランティアの皆さん26人で、1泊2日で山梨県方面にバスツアーに出かけました。山梨県フラワーセンターハイジの村見学や名物の「ほうとう」を堪能しました。また夜の交流会では、カラオケやビンゴ大会で楽しい時間を過ごしました。天候にも恵まれて初秋の山梨を満喫しました。



◆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」とゆうふる tanaka や田中駅でそれぞれ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。



◆男性の料理サロン◆

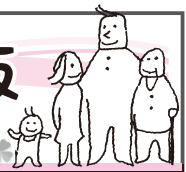
10月10日、第2回「男性の料理サロン」を市総合福祉センターで開催し、総勢9人の男性が参加しました。参加者は講師の助言を受け、それぞれのテーブルで調理を行いました。今回のサロンには「料理はまったくの素人」と話す人から、手際よく包丁を操る人まで、様々な男性がいました。参加者は「簡単にできる料理でちょうど良かった。これなら家に帰っても作れる」と話していました。



◆多世代交流サロン「おいでよサンサン」◆

みんなでにぎやかに交流しましょう——と、多世代交流サロン「おいでよサンサン」は10月14日、市総合福祉センター2階の高齢者センター大広間で開かれました。この日は市内各地から10人が参加し、「紙相撲」や「紅白玉のせ」「まめ運び」「ひも引きゲーム」などで楽しく交流しました。小春日の一日笑顔いっぱいのひとときを過ごしました。

ボランティアセンターかわら版



ボランティアゼミナール開催中!!

9月から12月まで、全7回開催する「ボランティアゼミナール」。各回違ったテーマで開講し、様々な角度から「ボランティア」を感じ取ることができます。今回は、前半3回分の様子をお伝えします。

第1回 「ボランティアを知ろう」

初回はボランティアについての総合的な講座でした。講師は社協の柄沢國博ボランティアコーディネーターが務めました。参加者からは「ボランティアが少し身近に感じられてよかった」という声が聞かれました。



第2回 「むかし遊びの伝承」(お手玉など)

第2回目の講座は、お手玉など「むかし遊び」に関するボランティア活動を行う小林経子さん・寺島初子さんが講師でした。実際に体を動かした参加者は「こういった活動は楽しいし、居場所づくりになる」と話していました。



第3回 「小物(アクセサリ)作り」

第3回目の講座は、アクセサリ作りなどを通してボランティア活動を行う畠中美智子さんが講師でした。参加者は手先の細かい作業に苦戦しながらも、会話を楽しみながらの賑やかな講座となりました。



<次回以降の予定>

- 第5回 11月24日(火)「傾聴(話し相手ボランティア)」
- 第6回 12月2日(水)「障がい者支援ボランティア(目の不自由な方)」
- 第7回 12月22日(火)「福祉体験学習サポーター(高齢者疑似体験)」

場 所: 東御市総合福祉センター 1 階
(ボランティアルーム2)
参加申込先: 東御市社会福祉協議会
地域福祉係 ☎62-4455

～みんなでつくる ひとにやさしいまち～ **みーつけた!! まちの中の工夫**

スナップ12 「点字案内」

最近では公共施設や商業施設を中心に広く見られるようになった点字案内。「使わないし、読めないし、関係ないし…」といませんか？

街中の「点字案内」は視覚障がい者の方々にとって大切な情報源。普段、縁がないと思っている人でも、邪魔になるような荷物を周りや上に置かないなど、出来る範囲での配慮を心がけましょう。



▲総合福祉センターの点字案内

社協の「出前講座」やっています!!

東部中学校 「手話体験」

東部中学校では、ボランティアの皆さんと学生が一緒になり、実際に手話で会話をしながら体験しました。体験中は笑顔も多くみられ、和やかな雰囲気が進んでいました。



北御牧小学校 「点字体験」

北御牧小学校では、生徒が実際に点字器を使って点字を体験しました。生徒は真剣な様子で体験に取り組み、ボランティアの皆さんの助けも借りながら点字を打ちました。



～車イスのぷち知識 その2～

車イスと言っても、種類は様々。よく見てみれば、**大きいタイヤに小さいタイヤ**。
「でも…どう使い分けたら良いんだろう…」

【大きいタイヤの車イス】

基本的に「自走用」と呼ばれるタイプです。タイヤの横に持ち手がついているため、自力でタイヤを回して移動することができます。



▲大きいタイヤの車イス

【小さいタイヤの車イス】

基本的に「介助用」と呼ばれるタイプです。タイヤが小さく持ち手もないため、自力での操作ができません。

また、タイヤが小さい分軽量化されている場合が多いですが、自走用と比べると、操作する際により大きな力を必要とします。



▲小さいタイヤの車イス

【自分や家族に合った車イスを探すためにも、まず福祉の専門職に相談してみましょう】

善意を ありがとう

(9月、10月受け付け分)

匿名様 820円

匿名様 883円

美容室フォルテ様

第19回チャリティーカット売上金 56,000円



美容室フォルテ様から寄付をいただきました

ウエスをありがとう (9月、10月受け付け分)

匿名様 (新張)

匿名様 (別府)

匿名様 (桜井)

あがたボランティア様

花づなの会様



㊤生活や就労でお困りの方のご相談を承ります㊤

東御市生活就労支援センター まいさぼ東御

- ・事情により仕事を失った
- ・住む場所がない
- ・借金の返済や家計のやりくりがうまくできない
- ・社会に出ることが難しい
- ・障害や病気があるが、働いたり、活動をしたい
- ・家族のことで悩んでいる

秘密は厳守します。まずは、お電話を下さい。

㊤受付日時：月～金（祝日、年末年始を除く）

午前8時30分～午後5時15分

㊤場所：〒389-0502 東御市鞍掛197

東御市総合福祉センター内

東御市社会福祉協議会

㊤電話：0268-62-4455

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

(株)信越精密

(有)グリーン美術出版

(有)ちもと

(有)関自動車整備工場

(株)グラフィックツール

衣料センターたなか

社協のヘルパーよりみなさまへ あったかいごだより No.13



11月に入り、昼夜の寒暖差が大

きなくなってきましたね。空気も

乾燥しがちで、これからはインフルエンザ

等の感染症も流行りだします。十分に注意しましょう。

今月のワンポイント講座では、私たちヘルパーについて少し紹介させていただきます。

ヘルパーさんて？ 何をしてくれるの…？

ご自宅で生活されている高齢者や障がいのある方のお宅へお伺いし、おむつ交換や着替えの手伝い、調理や洗濯などのサービスを提供させていただきます。

ヘルパーさんに来てもらうにはどうすれば？

介護認定を受けている方は、担当のケアマネジャーにご相談下さい。

障がいサービスをご利用の場合は、担当の相談支援担当者にご相談下さい。

他にも、ご希望に応じて地区の出前講座などで「介護教室」もできます。

皆さんがご自宅で生活できるようお手伝いさせていただきますので、お気軽にご相談下さい。

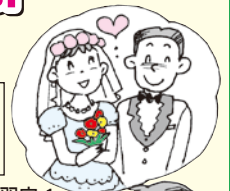
結婚したい！人のハッピーな情報がつまってる

ウェディングプロデュース

東御市結婚相談所

相談には直接
本人がお越し
ください

無料

持ち物：
ご本人の写
真等です。

♥開設場所 東御市中央公民館 学習室1

♥開設日 毎週日曜日 午前9時～正午

♥問い合わせ先 東御市社会福祉協議会

♥☎62-4455 FAX64-5695



●編集後記

今年も福祉の森ふれあいフェスティバルが市内のボランティア、施設の皆さんの協力により盛大に開催されました。なかでも、中学生や高校生ボランティアが今年も大活躍で、フェスティバルを盛り上げてくれました。その際、参加した高校生から、「来年も参加させてもらえますか」と声をかけられ、理由を聞くと、今年で高校を卒業するので、来年は社会人として協力したいとのことでした。少しずつ、ボランティアの芽が育っていることを実感した瞬間でした。

田中