東御市はよるスペ

71号

平成28年7月19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 1 9 7 (総合福祉センター内) TEL (0268) 62-4455 FAX (0268) 64-5695 http://www.tomisyakyo.or.jp

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。

- ●理事会・評議員会ひらく
 - ●社協会費のお願い
 - ●平成 27 年度社協収支決算報告
 - ●月間スナップ
 - ●ボランティアセンターかわら版

| 日赤炊き出し体験 |





真田家に思い馳せて「高齢者希望の旅」

小学生が「高齢者擬似体験



区・多肉植物の寄せ植え「おらほのサロン」西海野

「ボッチャ」体験交流会ユニバーサルスポーツ





「福祉団体ゲートボール大会」

・評議員会ひらく

5月20日に第60回理事会、5月23日に第31回評 議員会を市総合福祉センターで開催しました。社協か ら平成27年度の事業報告及び決算報告がされ、承認 されました。



社協理事・監事の皆さん(敬称略)

	氏 名	区 名	選出分野
会 長	小林 峯雄	海善寺北	学識経験者
副会長	原田 京子	本 海 野	//
常務理事 事務局長	塩崎和男	東上田	//
理事	桜井 寿彦	加沢	市議会議員
//	阿部貴代枝	別 府	//
//	伊藤 隆也	曽 根	地域の代表
//	尾又 宇政	乙女平	//
//	中村 武人	新 屋	民生児童委員
//	白倉 征恵	上八重原	//
//	山口 正彦	新 張	行政の代表
//	竹重 和夫	羽毛山	福祉施設代表
//	堀口 睦美	東町	学識経験者
//	関 茂	大 石	//
//	丸山 陽一	西 海 野	//
//	深井 雪江	東深井	//
//	北澤 昌雄	姫 子 沢	市監査委員
//	栁澤 旨賢	中八重原	//

(任期 平成28年6月1日~30年5月31日)

あなたも地域の福祉活動を支えるサポーター!

を治願いします

会員の皆様からご協力いただいた 会費が、地域の福祉活動を支えてい ます。種類と金額は右の表の内容で す。

	会員の種類と金額	
普通会員	賛助会員	法人会員
(個人・世帯)	(個人・世帯)	(企業・団体・施設等)
1,000円	1口 2,000円	1口 5,000円

支部活動への支援



ボランティアの育成と支援



広報啓発活動の推進



在宅福祉サービス



市民の皆様へのお願いは7月~8月に、社協支部長(区長)さんに依頼しておりますので、区の役員さんが うかがいましたらご協力をお願いします。

平成27年度 社協事業。収支決算報告(概要)



▲「おらほのサロン」 (桜井支部)



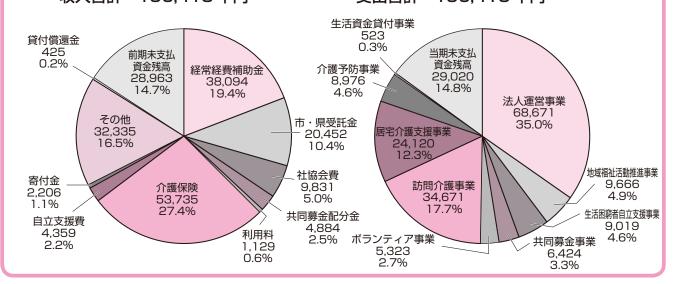
▲東御市社会福祉大会

収入と支出の状況 (単位: 〒円)

収入合計 196.413千円

5月20日、23日に開催された理事会と評議員会で、平成27年度社会福祉協議会の事業報告と収支決算が審議され、原案どおり承認されました。

支出合計 196.413千円



画編野区の『おらほのサロン』から

6月25日、西海野公民館でいきいきサロンが開催されました。「多肉植物の寄せ植え」というテーマで集まった28人の参加者は、講師の指導のもと、和気あいあいとした雰囲気で植物や土を手に取り、思うままに自分の作品

を完成させました。上原重二福祉運営委員長は「少し目線を変えたことで、多くの人に喜んでもらえたのでよかった」と話していました。



多肉植物の寄せ植え

The same



社協の事業紹介 出前講座「エンディングノート」

Q×A エンディングノートってなんだろう??

みなさんは「エンディングノート」をご存知ですか? ここでは社協の出前講座の一つ として開いているエンディングノートについてお伝えします。

Q。 エンディングノートってなに?

▲ 自分が亡くなった時や、認知症などになった時に、残された方へ希望や思い出を伝える手紙のようなものです。

Q。遺言書と何が違うの?

遺言書には法的効力がありますが、エンディングノートにはありません。



Q。 エンディングノートにはどんなことを書くの?

▲ 書く内容は発行している所によってさまざまですが、主にプロフィール、介護や延命についての希望、家系図や財産などの項目が多いです。

エンディングノートについてさらに詳しく聞いてみたい方は社協が出前 講座を行っていますので、ぜひご活用ください。 TEL: 62-4455

~東御市生活就労支援センター~



平成28年4月から家計相談支援事業が新たに始まりました。

家計のやりくりに困っていませんか?

たとえば…

带納



家計の管理が できなくて困っている

税金や家賃の滞納 で困っている

クレジットや借金などの - 問題で悩んでいる

家計を再生するために… ~家計相談支援事業~

東御市社協では、家計のやりくりがうまくいかず、生活にお困りの方を対象に、家計相談を行っています。ご相談者と毎月の収入と支出の内訳を把握し、一緒に考えながら自立した生活ができることを目指した相談をしています。

本事業は「生活困窮者自立支援事業」の一環です。事業の利用にあたっては、「まいさぽ東御」までご相談ください。なお、この事業は家計再生に向けたサポートを行うもので、金銭管理は相談者ご本人にやっていただきます。

まいさ (東御市生活就労支援センター) 電話: **62-4455** 相談受付: 月~金曜日(祝日・年末年始を除く) 8:30~17:15まで

月間

5月25日、高 齢で外出の機会が

スナップ、 次ない皆さん12人と、 加しました。今回は大きののテーマして「真田宝物館、松かけました。リフト付かけました。リフト対力者 少ない皆さん12人と、ボランティア7人が参 加しました。今回は大河ドラマで盛り上がる真 田家をひとつのテーマに決め、歴史を巡る旅と して「真田宝物館、松代城、善光寺」などへ出 かけました。リフト付きのバスとボランティア の介助、そして参加者全員の"お互いさま"の 心により、全員で楽しめる旅行となりました。



5月28日、福祉センターで福祉運営委員長研 修会が開かれ、48人が参加しました。研修会では、 ご近所福祉ネットワーク活動の事例紹介や災害時 支えあい台帳の取り組みについて学びました。



6月6日、ゲートボール場で福祉団体の交流を 目的とした「福祉団体ゲートボール大会」が開催 されました。今年の大会には6団体約100人が参 加し、初心者から上級者まで楽しみながらプレー



しました。結果 は下記のとおり です。

優勝:遺族 B チーム、準優 勝:保護司チー ム、三位:高連 B チーム

僧属的思数震調整為

~ 普段の生活から見直す事故予防 ~



6月13日、福祉センターで、日赤奉仕団のみなさん による「健康生活支援講習会」を開催し、約70人が参 加しました。講師の篠原雅子さん・滝沢亜矢さん(川西 赤十字病院)から「ケガのない明るい生活」をテーマと した話がありました。また元気な足腰の維持を目指す「ロ コモーショントレーニング」や、車イスの扱い方などを 学びました。

6月22日、高齢でひとり暮らしのため、外出 の機会が限られた皆さんを対象とした会食会「お たっしゃです会」を戸倉上山田温泉「ホテル圓山 荘」で開きました。今年は総勢59人が温泉や昼 食で交流しました。会食会のゲストには縣ひろ子 さんを迎え、歌謡ショーを開催。歌声からも元気 をもらい、参加者からは「毎年楽しみにしています。 来年も元気で会いましょう」との声が聞かれまし





ボランティアセンターかわら版



トキドキのビンゴゲーム

レクリエーションダンス



6月14日、湯の丸高原で「自然を楽しむ会」 を開催しました。障がい者団体とボランティア 連絡協議会がお互いに理解を深め、交流するこ とを目的に今年は総勢65人が参加しました。 午前中は歌やダンス、ビンゴで交流し、午後は 湯の丸自然学習センターで知識を深めたり、マ レットゴルフでリフレッシュしました。

手話ダンスアコーディオンに合わ:





レットゴルフ

~ 見て、聞いて、考えて、体験してへ



▲北御牧小学校車いす体験

平成28年度も、6月22日の北御牧小学校でのツインバスケット・高齢者擬似体験を皮切りに、各小中学校での福祉体験学習が始まりました。この福祉体験学習は、小中学生が実際に福祉に関する体験を行い、自分なりに福祉について考えることを目的とし、小中学校と協力して開催しているものです。社協が行うのはあくまでも"考えるためのお手伝い"です。今年度も、参加したそれぞれの小中学生が自分なりの"福祉"を見つけられるようにお手伝いをしていきます。



▲東部中学校「らぶりー東御」





サマーチャレンジボランティア ディキャンプ in 芸術むら公園

~ この夏休み、チャレンジしてみませんか~

"サマチャレ"では、障がいをお持ちの方々と一緒に外出し、さまざまな体験を通して交流します。

今年は 芸術むら公園 で、夏カレーづくり や 紙すき体験 を行います。 /// 障がいがある・ないに関係なく、参加者みんなで協力して、楽しい夏の思い出を作りましょう!

日 時:8月12日(金)午前9時~午後4時

場 所: 芸術むら公園一帯

(集合:総合福祉センター2階 駐車場)

定 員: 15人程度(小学4年生以上)

参加費 : 500円

事前説明会 : 7月30日(土)午前10時

総合福祉センター 1 階 ボランティアルーム

申し込み : 社会福祉協議会 地域福祉係 ☎62-4455

小学生から高校生まで、大歓迎!! お父さん・お母さん、友 達との参か、1人での参 か、ぜーんぶ大歓迎!

~みんなでつくる ひとにやさしいまち~ み一つけた!!まちの中の工夫

● ● ■ スナップ13 『鉄道駅の設備』

皆さんは、日常生活で「駅」を利用していますか? 多くの人が利用する駅ではさまざまな工夫が見られます。

例えば券売機には、視覚障がいの人でも利用しやすいように <mark>点字案内・</mark>

音声案内 がついています。

また構内では、**自動音声アナウンス**が、列車の到着や発車を知らせてくれる駅もあります。

しかし、あくまでも設備は"補助的な機能"でしかありません。設備だけに頼るのではなく、困っている様子の人がいれば「何かお手伝いできることはありますか?」と声をかけ合える地域づくりも大切ですね。



▲田中駅の券売機

▲点字案内と 音声案内ボタン

思い出づくりのボランティア

~ ボランティア、希望の旅からはじめませんか ~

【希望の旅のボランティアって?】

障がいや高齢により、旅行する機会が限られた 方々の仲間同士の交流や生きがい作りを目的とし たバスツアーなどのサポートボランティアです。



【活動の内容は?】

主な活動は、旅行中の車イス介助や、参加者との交流です。

【福祉の資格が必要なの?】

特に必要ありません。先輩ボランティアや、社協の職員も同行しますので、初めてのボランティアでも安心してご参加いただけます。

【秋の障がい者希望の旅】

旅行日:9月3日(土)

行き先: 新潟県上越市

「海の街を散策・海鮮ランチ」

「酒蔵見学・お買い物 (予定)

募集人数 : ボランティア8人程度

参加費: 1000円

申込締切: 8月12日(金)

問い合わせ・申し込み先

東御市社会福祉協議会 地域福祉係

☎62-4455

TEDVIZE SUPERIOR No.17

7 月 30 日は梅干しの日

「梅は、その日の難のがれ…」 朝、梅を食べればその日一日、災難から逃れる事ができると言われ、朝食には梅干しをいただいたものです。

梅干しは食・水・血の三毒を断つ と言われ、疲労回復、胃腸の働きを促進 して、たった一粒でもたいへん効果があ

ります。おにぎりも美味しい ですね。

梅はやっぱりうめえな~と 言えますね。





男性の料理分包と

~らくちん・しあわせごはん~

	日程	内容	場所
第 1 回	8月20日	カリカリ豚スタミナ丼 ナスのあっさり煮浸し セロリとしいたけのお吸 い物	東御市総合福祉
第2回	10月8日	あんかけ焼きそば 手作り鮭シューマイ 中華スープ	センター2階 保健センター 調理室
第3回	12月10日	コイの旨煮 炊き込みご飯 豚汁	
第 4 回		そばづくし (手打ちそば 他)	中央公民館 調理室

➡ 時 間:午前9時30分~午後1時00分

🍅 対 象 者:市内在住の男性 12 人程度

🥏 参加費:1回500円

👛 持 ち 物:エプロン・三角巾

🔷 申し込み:下記へお申し込み

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

☎62-4455



普賞をありがとう

(5月、6月受け付け分)

匿名様・・・・・・・・・・ハガキ匿名様・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・・ 車イス2台他昭和28年度卒業原□同級会一同様・・・・15,206円

ウエスをありがとう(5月、6月受け付け分)

花づなの会 様 あがたボランティア 様 堀口 敏子 様



昔日赤社資にご協力 ありがとうございました

5月の赤十字運動期間中に、皆様からご協力いただきました日赤社資は **4,229,900** 円でした。このお金は国内外の災害救護や支援活動等、様々な赤十字活動に使われます。

平成28年熊本地震災害義援金の報告

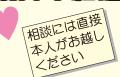
◆4月22日~6月30日受付分合計

4,205,013^A

皆様からの温かいご協力に厚くお礼申し上げます。義援金は、平成29年3月31日まで、東御市役所・総合福祉センター・北御牧総合支所で受付し、日本赤十字社を通して被災者の皆さんを支援いたします。

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



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

先日、私が所属している「そばづくり活性化組合」の総会が行われ、今年の活動がスタートしました。蕎麦打ちの技術はまだまだですが、蕎麦づくりをきっかけに普段話す機会の少ない人生の先輩のみなさんとの交流を楽しみたいと思います。 田中