



# ちからこぶ

福祉通信「ちからこぶ」2010年11月号 もちづき まさいち 望月 正一 書

【西部・北部方面】	
落合バス停発	11:45
下須賀川バス停	11:50
北小学校前	11:52
小丸山入口バス停	11:55
竜王スキー場入口バス停	11:58
乗廻三つ角	12:03
苗間バス停	12:07
前坂入口バス停	12:10
横倉集会所	12:15
宇木区民会館	12:22
よませふれあいセンター	12:24
上条共撰所交差点	12:28
町文化センター	12:30
【南部方面】	
箱山バス停発	11:50
戸狩バス停	11:55
穂波元湯前	12:00
佐野四つ角	12:02
JA穂波支所前	12:04
菅集落センター	12:07
桜橋バス停	12:10
興隆寺入り口バス停	12:15
角間三つ角	12:18
(オリンピック道路上の陸橋)	
湯の原公会堂前	12:20
町文化センター	12:30
【東部方面】	
上林旧料金所発	12:07
砂止バス停	12:10
天川神社バス停	12:13
旧沓野農協スタンド	12:14
和合橋バス停	12:15
安代バス停	12:16
星川大噴泉前	12:25
町文化センター	12:30

バスの乗降に支障のある方で個別に送迎を希望される方は、事前に社協までご連絡ください。

- ・電話：33-1105
- ・有線：2038

## ●● 社会福祉大会送迎バス時刻表 ●●

※帰りの便は終わり次第(十六時十五分終了予定)出発となります。



## 第29回 山ノ内町社会福祉大会

来場者全員に  
プレゼントをご用意して  
います



◆◆オープニング◆◆  
音スーパー・バンド  
～町内に響け！熱き音楽魂を！！～  
◆◆報告◆◆  
介護保険制度が制定され  
10年が経過しました。  
この10年間を振り返って  
山ノ内町の現状とこれからを  
報告します。

◆◆寸劇◆◆  
職員による手作りの寸劇  
寸劇『おふくさん』  
～地域で見守る認知症～



開催日 平成22年12月5日(日)  
時間 午後1:00~4:15頃まで  
会場 山ノ内町文化センター

### ☆☆ご利用ください☆☆

- ・町内をバスが巡回します。
- ・バス乗降に支障がある方で、個別に送迎を希望される方は、事前に社協までご連絡下さい。
- ・託児室もご用意しています。

[問い合わせ]  
山ノ内町社会福祉協議会  
電話 33-1105  
有線 2038

[主催] 山ノ内町社会福祉協議会  
[後援] 山ノ内町

◆◆表彰◆◆  
①福祉功労者  
②福祉活動功労者  
③福祉作品

### ◆◆講演会◆◆

**ESPERANZA**  
(エスペランサ)

難病指定「クローン病」と闘うエスペランサが登場。  
体験談や伝えたい事を山ノ内町から発信します。  
そして、フルートとベースから奏でる音楽をお楽しみいただきます。

今年の社会福祉大会は、介護を通して家族の絆、認知症を地域でどう理解するか、そしてエスペランサさんのような難病を受入れ支える夫婦の絆、この様々な“絆”を皆さんで考えてみませんか？

### ◎エスペランサさんの「クローン病」とは…

消化管に慢性的に炎症が生じる原因不明の病気です。症状は非常に多彩で、頻度の多い症状は、腹痛、下痢、発熱、体重減少などです。

日本ではまれな病気だったのですが、最近は年々患者数が増加し現在25,000人以上の患者がいます。10～20歳代で発症することが多く、慢性に経過するため人生の多くの病気とともに生活しなければなりません。

\*福祉通信『ちからこぶ』は、再生紙を使用しています。

# News

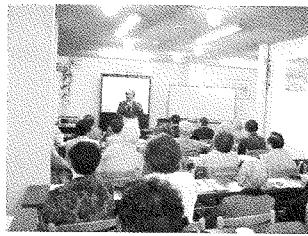
## ○ あたっしゃ会(一人暮らし高齢者支援事業) ○

平成22年10月6日(水) 13日(水)、町内の人暮らしの方を対象におたっしゃ会を開催しました。第1日目は東部から39名、第2日目は南西北部から60名の合計99名の方に参加していただきました。

午前は『薬の正しい使い方』と題して北信保健福祉事務所の担当者の話を聞きました。錠剤の中は何層にもなっており、砂糖の層をつけて苦さや酸っぱさを覆って飲みやすくしている層があったり中の成分を空気から守って湿気を防ぐ役目をしている層があるなど、1つの錠剤の中が様々な層になっていることを聞きました。

また、薬の飲み方や保管場所、副作用の話などを聞くことができ、薬の大切さを知る機会となりました。

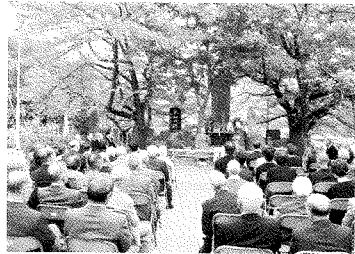
学習会の後は昼食をとっていただき、自由時間として入浴される方や、久しぶりに会った友人と話に花が咲く方、ゆっくりと過ごされる方など、各自で午後の時間を過ごしました。帰りの際には志賀高原の紅葉を楽しみ、志賀高原記念館の見学をして帰路につきました。



## ○ 山ノ内町遺族会慰靈法要 ○

平成22年10月22日(金)、町遺族会主催の戦没者慰靈法要が平和観音忠靈塔前において開催されました。午前中は、理事の皆さん方が集まり、慰靈碑の周辺を清掃して、午後の慰靈法要に備えました。

慰靈法要では、56名の方に参列していただき、先の大戦で亡くなられた御靈に対し敬意と将来の平和を誓い、厳かに執り行われました。遺族会の山口了会長は「65年の歳月は非情なものであり、あの悲惨な戦争の思い出を語り継がれてこられ、夫を亡くされた戦後を守ってこられた方々も今年は90歳以上という高齢で夫のもとへ旅立たれました。私たち遺族は、何としても戦争の悲惨さや空しさ、そして、平和の尊さを後世に語り伝えて参らねばならない。」と強く訴え、参列者と共に思いを新たにしました。



## ○ 立川お茶の会 ○



平成22年10月26日(火)に立川公会堂にてお茶のみ会が行われました。この日は、北海道から初雪の知らせが届いたほど、町内でも非常に寒い日となりました。あいにくの天候となりましたが、19名の方が参加されました。足のマッサージでは、「お風呂で、あかすりを使って足の裏をマッサージしているよ。」「家へ帰ってもやってみる。」との声があり有意義な時間を過ごせたようです。また、チーム対抗でゲームをし、みんなで大笑いしながら楽しみました。

## ~耳寄り情報~

外出する習慣の有無で、お年寄りの健康状態に差が出るという研究結果が出た。外出が「1日1回以上」の人の比べ、「週1回以下」「2・3日に1回」の人は、歩行障害や認知症が疑われる状態が高い。影響があるのは75歳以上の人で「外出は、足腰のほかに頭も使う。よく使う機能は衰えにくい。」とある。(信濃毎日新聞掲載記事より)



今月の表題を書いていただいたのは、望月正一さんです。

望月さんは、10月13日(水)に行われたおたっしゃ会に、参加していただきました。南部から参加された男性は、望月さんお一人でしたので「男性陣にはもっと参加してほしいなあ」とあっしゃられ、志賀高原は紅葉も進み「あの時が一番見ごろじゃないかなあ」とお土産話もしてくださいました。

望月さんは今年85歳になられるとのことですが、「毎日、穂波温泉に行ってます。たまにリハビリも行くけど、温泉が一番いいね。」と元気な姿が覗えました。

これからもますますお元気で、来年もおたっしゃ会に参加してください。

この人に注目  
もちづきまさいち  
**望月 正一さん**



ご理解とご協力、ありがとうございました!!

# 社協会費



(平成22年10月25日現在)

今年度も当社協が推進する地域福祉事業の大切な財源となる会費の納入にご協力いただき、誠にありがとうございました

特別会員	2件	40,000円
法人会員	81件	810,000円
賛助会員	60件	191,000円
一般会員	3,225件	3,126,519円
合計	3,368件	4,167,519円

○● 皆様よりお寄せいただいたご質問・ご意見に回答させていただきます。●○

Q1.強制ではないので名前を書くのは、考えてもらいたい。天下り、余剰金でやっている事だから、やめた方が良い。集めて歩くと説明に困る。

今までの経過の中で無記名の様式にさせていただいた事もありましたが、集めて下さる連絡員様等より、記名を基本にした方が集める側としては助かる。また、助け合いの精神が反映されるのではないか、のご意見もいただきました。お名前の欄は用意してありますが、記名も強制するものではありませんので、合わせて現行の形でご理解下さい。住民相互の助け合いの点も踏まえ、お集めいただけますようお願い致します。また、介護保険制度が導入された平成12年度を境にして、行政からの職員派遣・出向、退職後の受け入れも一切ない状況です。社協では、地域福祉推進事業と介護保険事業と二つの関連かつ別々の性格を持つた事業を実施しております。それぞれ適切な会計に基づいて実施しているところです。

Q2.毎年、社協の決算書を見てありますが、前年度繰越金が多額計上されてありますが、それでも会費が必要なのでしょうか？

関心をもって、お目を通してくださいありがとうございます。前述の事項と関連しますが、社協の一般会計収入は介護保険収入が9割余を占める状況です。この介護保険事業では制度上介護サービスを提供した事による対価(介護報酬)を収入としています。一方、地域福祉推進事業には事業補助金・委託金、共同募金配分金、そして町民の皆様からの社協会費が大変重要なっています。住民相互の助け合いの観点からも引き続きご賛同いただけますようお願い致します。

Q3.社協の会則がありましたら、掲載していただければありがとうございます。

昭和57年4月1日に制定されました、「社協会員及び会費規程」がございます。機会を見て本誌に掲載させていただきます。

Q4.本来は町の財政から支出されるべきだと思う。節約に心掛けていただきたい。

町の財政状況も勘案し、地域福祉推進事業には町事業補助金・委託金、そして町民の皆様からの社協会費等を財源として、町全体の地域福祉活動を充実して参りたいと思います。ご指摘のように、節約・工夫には更に心掛けて参ります。

Q5.隣組、隣家等、少しの思いやりが長く続きますように。催物の参加にドアからドアへの送迎を希望します。

催し物の際には、車イス等の移動の困難な方を中心に、ドアからドアへの送迎を心掛けてありますので、今後も継続して参ります。

## 町内介護保険事業所の紹介 その18

デイサービス

ぬくもり

山ノ内町大字平穂4387-1

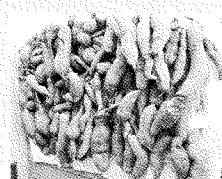
TEL / FAX : 31-3511

経営主体：株式会社 大地

代表者：糸乘 幸恵

### 【事業所内容】

定員10名の小規模デイサービスです。家庭的な、あたたかい雰囲気の中で一日、ゆっくりと過ごして頂いています。



ぬくもりの窓から、  
採れた野菜などをふん  
だんに使ったおいしい  
家庭的なお昼ご飯と手  
作りあやつ。



ご利用者様には、お家とはま  
ちがつたぬくもりを感じてい  
ただけるよう、スタッフ一同  
をこめて、がんばっていきたい  
と思います。

やまのうちまち  
ボランティア通信  
社会福祉法人山ノ内町社会福祉協議会

平成22年11月発行 第30号

## ボランティアさんの紹介

### ◇生け花で飾るボランティア◇

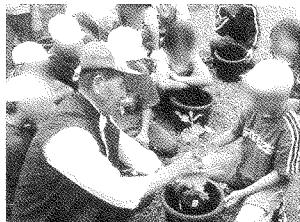
山ノ内中学校の昇降口には、いつも素敵なおけ花があります。学校に来る方をいつも出迎えています。その生け花は下田和子さんが2週間あきくらいで、15年前からボランティアで生けてくださっています。その生け花に毎回タイトルをつけて全校の人に見てもらっています。白樺祭では、下田さんへのお礼の気持ちをこめて、感謝状を送りました。

もし機会があれば山ノ内中学校に来ていただき、下田さんが生けてくださったお花を見てもらえると嬉しいです。

山ノ内中学校環境委員長



### ◇菊づくりボランティア大好き◇



北小学校では、大菊づくりを4年生から始めている。4年生は五号鉢の福助づくり、5・6年生は九号鉢の3本仕立てづくりを行っている。大菊3本仕立てづくりは、生け花と同じように「天・地・人」になるよう育てていかねばならないので、5年生のときは大変難しいが、6年生になると経験者だから、育て方も豊かになり、大輪の菊がきれいに咲くよう毎日水くれをしたり、菊の育成を観察しながら楽しさと花を愛す心の勉強もしている。4年生の福助づくりは、5号鉢への移植だけで手間がかからず一本立てなので整枝や、つぼみのサイズを揃える難しさもないで初心者に勧めたい。

大菊三本仕立てづくりのポイント（注）毎日、水くれを忘れない。

- |  |                         |
|--|-------------------------|
| 1. 5月初旬に、さし芽をする。                         | 2. 6月初旬に、四号鉢に移植をする。     |
| 3. 6月中旬に、摘芯をする。                          | 4. 6月下旬に、六号鉢に移植をする。     |
| 5. 7月上旬に、本鉢・九号鉢に移植をする。                   | 6. 8月上旬に、乾燥肥料を一合施し止肥する。 |
| 7. 9月中旬頃から整枝に注意しながら、つぼみの色分けがついたら雨にあわせない。 |                         |
- 花びらが開くにつれ輪台をつける。

北部ボランティア情報員

### ◇託児ボランティア「てんとう虫の会」

東部ボランティア情報員

山ノ内町に託児ボランティアをしている皆さんがあります。「てんとう虫の会」という会で16名ほどで活動しています。その会員の皆さんにお集まりいただきました。

会の発足は平成14年に町社協の「幼児安全支援員養成講習」を受講した皆さんで結成し8年になります。会の名前の由来は、発足時7名で結成し、七つ星のてんとう虫からきています。

活動内容は、「託児」ボランティアの文字通り、イベントや講演会などに参加する両親に代わり子どもを一時預かるというボランティア活動です。



「幼児安全支援員養成講習」を受講した動機は、自分の子どもや孫の子育てにプラスになればとの気持ちで受講し、その認定書をいただいた皆さんです。会のメンバー全員がまず子どもが好き、そしてお母さんやお子さんの気持ちを理解している皆さんです。自分たちの子育てから得た知識や経験を活かされ、自分たちの子育て時代には無かつた「託児ボランティア」を結成し、若いお母さんたちを助けてあげたいという気持ちで活動しています。

主に、町や社協の催しで町内外より子連れで参加する皆さんのお子さんを預ることが多く、いろんな体験をすることがあるそうです。昔では考えられない親子に出会うこともあって「あやあや」と思うこともあります、「本当にありがとうございました。」とお礼の言葉をいただいたり、すっかりなついたお子さんが別れ際に別れを惜しんで泣いたりすると、一緒に涙ぐむこともあります。いろいろな出会いがありまして、苦労をしながらも楽しんでいるそうです。託児依頼されたときには、皆さん仕事をもってたり、孫の子守りだったりなかなかメンバーが揃わないのが悩みだそうで、会員がもっと増えて欲しいと願っているそうです。

会員の皆さんにお話をうかがっていると、和やかな中にも活発な意見が飛び交いました。「子ども連れて訪れる皆さんの少しでも役に立ちたい。」「託児ボランティアがあることを知ってもらいたい、もっと利用してもらいたい、いずれ子育てが終わったら託児ボランティアとして活躍してほしい。」「町内に来る団体の大会や総会、イベントなどにも託児依頼があれば協力します。」など、たくさんのご意見をいただきました。

会員は40歳から70歳代で、他にもいろいろボランティア活動をしている方がいまして、とにかくパワー溢れ笑顔の素敵な頼もしい皆さんでした。

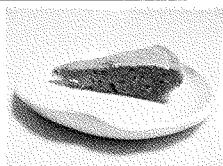
## 知恵の『わづ!』クッキング

### 第10回 [そばせんべい]

今回は上条の友野さんより「そばせんべい」を教えていただきました。

#### ★材料★

・そば粉	1カップ	・味噌	30g
・ぬるま湯	150cc	・かつお節	3g
・長ねぎ	50g		



#### ★作り方★

- ぬるま湯に味噌を溶かす。
- 残りの材料と手順1を混ぜる。
- フライパンを一度熱してから、濡れ布巾などに置いて、あら熱をとる。(濡れ布巾にのせるのは10秒)
- ポイント1：あら熱をとることによりフランパンの温度が一定になります。ふくらしたせんべいになるよ。
- フライパンに手順2を流し込んで好みの大きさで焼く。
- ポイント2：弱火でじっくりと焼く。

次回は上条の佐藤さんに紹介していただきます。お楽しみに♪

## 車いすを寄贈



今年は、山ノ内中学校でアルミ缶を約600kg収集しました。白樺祭では、車いす1台をいで湯の里へ寄贈しました。

地域の皆様のご協力ありがとうございます。引き続き収集しております。

毎週月曜日朝7時45分から  
中学校玄関口で収集しております。  
ご協力お願い致します!!



## ボランティア活動紹介

山ノ内中学校では総合的な学習でいろいろなテーマに分かれ学習をしています。その中の一つに「ボランティアを体験しよう」を目的に、生徒が自発的な思いや考えから計画し、ボランティア活動を通して人や物、地域との関わりをもつことをねらいとして実施しました。

### ～ボランティア活動一部紹介～

#### 点字ボランティア

地域に視覚障害の方が居住。点字を教わったため点訳本をプレゼントしたい!

☆点字板と点筆を使って手打ちで実施、時間がかかるので、長野盲学校の先生に相談。点訳パソコン・ソフトを使用し入力。印刷も盲学校に協力をいただき完成させる。



#### 平和観音をきれいにしよう

平和観音本堂を見たら汚れていたので掃除をしてあげようと思った。

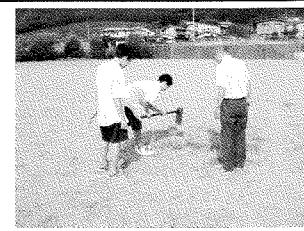
☆許可をもらい窓ふきやお堂の掃除をする。お願いされた水子供養慈母観音磨き、苔の除去掃除など行う。普段入れないところを見られたことと、2か月間掃除をして褒められるぐらいきれいになって良かった。



#### グラウンドの草取り

夏休み明け校庭を見ると草だらけ。環境にもよくないし体育の時も困ってしまうと思ったから…

☆土が硬くて草が抜けずに悪戦苦闘。担当教諭からアドバイスで活動スムーズに。今日はここまで範囲をやろうと目標をたてて活動をした。



#### 河川のゴミ拾い

登校中星川橋付近にゴミが落ちていて数日後もっと落ちていたので少しでもきれいにしようと思った。

車の窓からゴミが落ちていることに気づく。何かの影響で川にゴミが落ちて流れ行くと河川や海を汚す原因になるのではないかと思ったから。

☆6月に活動したときにはお菓子の袋が沢山落ちていた。9月は花火の棒や紙類が多くあった。

☆普段の時もゴミが落ちていたら拾って、川や地域をきれいにしていきたい。

#### 保育士さんのお手伝い

忙しい保育士さんのお手伝いをして役に立ちたい!

☆遊戯室の掃除、トイレ掃除、テーブル拭き、園児の着替えの手伝い、保育園周辺の草取りを行う。

園児とふれあえて楽しかった。子ども達のいろいろな面を知った。先生と園児から「ありがとう」と言ってもらい嬉しかった。これからも進んでボランティア活動をしていきたい。

#### 湯田中駅 楓の湯をきれいにする

駅にはペットボトルや切符の切れ端が捨ててあり、楓の湯にはタバコ・お菓子の袋、鳥の糞があったので、きれいにしたい!

☆大きいゴミを拾い細かいゴミはほうきで掃き地面の鳥の糞は水をまき、たわしでこする。草が伸びていると雨の日など滑って危ないので、長い草をとりました。とてもきれいになり、より多くの方に、気持ちよく使ってもらえるようになった。

# ～社協の予定～

11月

10	水	デイサービス昼食バイキング 町調理師会さんのボランティア活動
11	木	“介護の日”・ほのぼのランチ
12	金	・脳元気教室
13	土	
14	日	・PM 穂波温泉お茶のみ会
15	月	・滝・わしあ茶のみ会 ・手芸教室
16	火	・結婚相談所・北信ブロック社協びとの集い
17	水	介護者リフレッシュ教室 (そば打ち体験)
18	木	・ほのぼのランチ
19	金	・脳元気教室
20	土	認知症サポーター養成講座③
21	日	・余暇活動(スポーツ教室)
22	月	
23	火	・勤労感謝の日 デイサービス等営業
24	水	
25	木	・ほのぼのランチ
26	金	・脳元気教室 ・PM 職員採用試験
27	土	・西部ふるさとふれあい交流会
28	日	日赤奉仕団研修会 (キズ手当)
29	月	
30	火	・結婚相談所 ・PM 理事会
1	水	
2	木	・ほのぼのランチ
3	金	・脳元気教室
4	土	
5	日	第29回 社会福祉大会
6	月	
7	火	・結婚相談所 ・二市二郡結婚相談所交流会
8	水	
9	木	・ISO審査 ・ほのぼのランチ

社星 安全・尊厳・満足 =地域住民のみなさまと共に歩む社協=

- 福祉通信からこぶ 平成22年11月10日発行
- 発行者 社会福祉法人山ノ内町社会福祉協議会
- 〒381-0401 長野県下高井郡山ノ内町大字平穏3371-2(山ノ内町地域福祉センター内) TEL.0269-33-1105 FAX.0269-33-8413
- URL <http://www.honobono-shakyo.or.jp>
- E-mail [info@honobono-shakyo.or.jp](mailto:info@honobono-shakyo.or.jp)
- 印刷 うさぎや印刷

# Christmas Party



中野市社会福祉協議会から独身の男女にクリスマス前の素敵なおもてなし!

お洒落な雰囲気でのパーティーに参加し、素敵なお相手を射止めませんか!? 素敵な出会いをお手伝いします。

日時: 平成22年12月4日(土) 18時30分~21時15分

会場: Two Papa Romio (トウパパロミオ)

参加費: 男性5,000円 女性3,000円

参加人数: 30名(男女それぞれ15名)

対象: 男性 独身の35~55歳(中野市在住か在勤の方)

女性 独身であれば年齢・住所等は問いません。

※11月20日(土)の事前講習に参加できることが必須条件となります。女性の方は任意です(男女の講習時間は異なります。)

申込期限: 平成22年11月5日(金)先着順

問合せ: 0269-26-3111(中野市社協地域福祉係)

## ☆ご寄付をいただきました☆

みなさまのご芳志に心より御礼申し上げます。

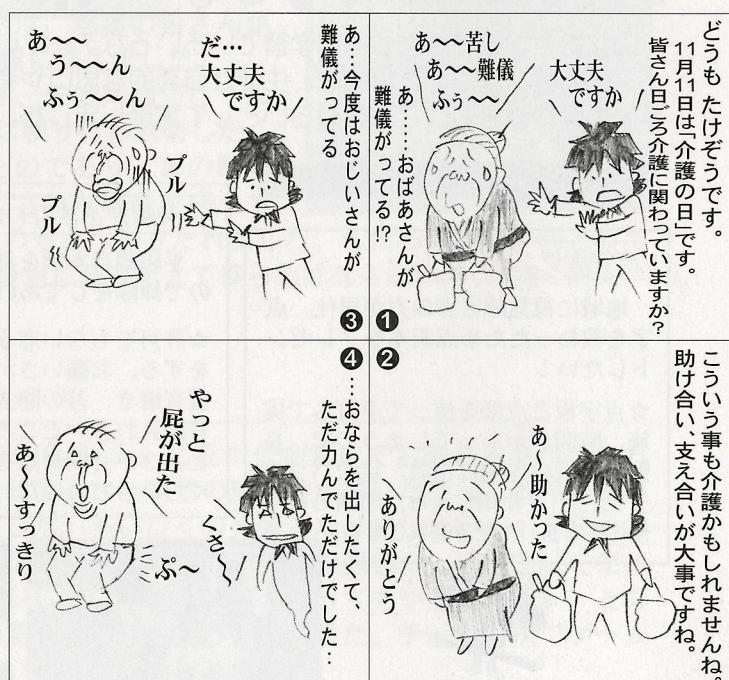
匿名様 50,000円

お寄せいただいた寄付金については、福祉基金に積立し、その果実を福祉事業に役立たせていただきます。なお、この他にもたくさんの方から、雑巾・おむつなどの寄付をしていただきました。お名前は略させていただきますが、お許しください。

温かいご厚志、誠にありがとうございました。

## TAKEZOUの4コマ漫画

～生活に笑いをお届けします～



## 編集後記

“パワースポット”と有名女優さんのCMの影響で、今、戸隠はすごい賑わいのようですね。「そうだ…」と、家の神棚の中にちょっと隠れていた戸隠神社のお札を前方に出し、ご利益があるのかな?…なんて考える今日このごろです。(戸隠さまにしかれます。ごめんなさい!) (1)