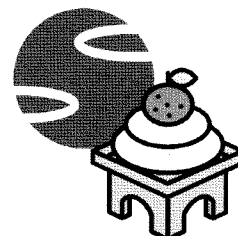




# ちからこぶ

福祉通信「ちからこぶ」2014年1月号 いけだ りつこ 池田 律子 書

## 賀正

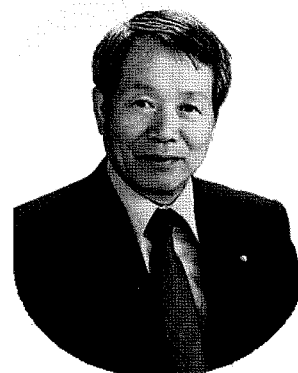


皆様も、ご健勝で新年を迎えられましたことと、お慶び申し上げます。昨年来アベノミクス効果がいろいろと議論されておりますが、なかなかその効果が身近に感じられないのが正直なところではないでしょうか。将来に向かって希望と安心感の持てる社会への道筋を今年は期待したいと思えます。

ところで、私たちの町も予想通り団塊の世代の高齢化により65歳以上の人口が着実に増えております。また、高齢化世帯・高齢者の一人暮らしも同様に増加しており、今後もこの傾向が続くことでしょう。かつては55歳定年が今は65歳になりましたが、健康長寿によりそんなに違和感もなく、かつてに比べ10年以上の差異が実感できるのではないのでしょうか。単に年齢に惑わされることなく生きたいものです。

今年も私たち社協は「みんなが助け合いながら安心してこころの豊かな毎日が送れる」そんな地域づくりへと後押しが少しでも出来るよう努めてまいります。

みんなで立ち上げみんなで作った「わくわく商店街」も大勢の皆さんにご利用頂き、楽しそうな笑顔も沢山いただいております。町内の困りごとにみんなが知恵をだしあい、手をだしあった結果の一例だと思えます。このことは、県の内外からも注目され、モデル事業として県から「地域発 元気づくり大賞」をいただきました。今年も、身近な困りごとを一緒に考え、一緒に解決できるパートナーとして努めてまいりたいと思えますので、よろしく願います。



このひとに注目

いけだ りつこ

池田 律子 さん



今月の表題を書いてくださったのは、池田律子さんです。池田さんは「本郷ふれあいの日」にボランティアとして携わっています。平成9年の発足当初から保健指導員やボランティアとして関わっています。発足当初は共同浴場で着替えの手伝いやお茶のみ会場の用意をしました。「時代の流れでお茶のみ会も変わってきている。1つの事業を大勢で進めていく事は大変なことも多いと思う。せっかくの集まりだから“輪”を大切にしてもらい、役員も参加者も全員が楽しくなるように今後とも続けてほしい。毎月ふれあいの日で皆に会えることが楽しい。」と話してくださいました。池田さんのご活躍を期待しています。

\*福祉通信「ちからこぶ」は、再生紙を使用しています。

## News

### ◆山ノ内赤十字奉仕団研修◆



12月7日(土)、山ノ内町文化センターにて赤十字奉仕団研修会が行われました。今回の研修は、日赤救急法秋山指導員に来ていただき、傷の手当を中心に講義していただきました。

人間の全血液の三分の一以上を失うと生命に危険があることから、止血の方法を学びました。また、三角巾を使った手当は腕、膝、頭などけがの箇所により使用方法が異なり、使い方の大切さを知ることが出来ました。

### ◆ii 出会い Xmas コン i n 北信州◆

12月8日(日)、7月にオープンしたばかりのホテル国際21 THE FIVE SEASONS NAKANOで“ii 出会い”となるようなイベントを開催しました。初の試みとして、「どこでいい出会いがあっても、いいご縁があっても、いい結婚につながってもいいのではないかと、北信管内6市町村合同でイベント実行委員会を立ち上げました。

女性51名、男性59名と大勢の方に参加していただき、13組がカップル成立となりました。皆さんから広域を意識した点では高評価をいただきました。

課題はいろいろありますが、広域を念頭においた出会いという点では、大きな成果とカップリング率もとても高く良かったです。

### ◆本郷ふれあいの日◆

12月15日(日)、『ちぎり絵カレンダー』作りをしました。班ごとに分かれ、カレンダーの下絵に沿って色用紙を貼りました。ちぎり絵なので、はさみは一切使わない為少し厚い紙をちぎるのにはひと苦労しました。手でちぎる、配色をどうするか、見栄えはどうか等考えたり、協力しあいながら製作する事ができました。完成したカレンダーは会場内に貼り、今後使用していきます。それぞれの参加者からは、「自分で関わった月のカレンダーが一番上手にできた。」と声が聞こえてきて、それもまた楽しい時間となりました。



### 表彰をいただきました

11月16日(土)、わくわく商店街が、阿部知事より「地域発 元気づくり大賞」の表彰をいただきました。



### 届きました

四小学校の児童クラブを代表して、東小学校児童クラブの皆さんから、落ち葉で作ったしおりと絵手紙をあわせて272点以上お預かりしました。

町内の一人暮らし高齢者の方を対象に、安否確認の際にお届けしたいと思います。



**参加者募集**

\*\*\* 『いきいきサロンの集い』参加者募集!! \*\*\*

町内の「いきいきサロン」(お茶のみ会)で活動をしている協力員の方を対象に情報交換会を開催します。みなさんの日頃の想いを聞かせてください!

日 時：2月9日(日)午後1:30～3:30頃

場 所：つつみ住民活動センター

参加費：無料

内 容：情報交換会

対象者：いきいきサロン運営者、いきいきサロンに関心のある方

申込み：1月31日(金)までにつつみ住民活動センターへお申込み下さい



**対象団体募集** 【お問い合わせ】社協つつみ住民活動センター 電話:33-2810 有線:4280

\*\*\* 地域福祉活動助成金 \*\*\*

町内のいきいきサロン(お茶のみ会)を企画・運営している団体を対象に活動経費の一部を助成します。

《対象期間》平成25年4月1日～平成26年3月31日

《応募条件》年間4回以上・企画運営をしている団体

《提出期限》平成26年2月19日(水)



\*\*\* ボランティア団体活動助成金 \*\*\*

地域における自発的・無償的・先駆的・公益的・創造的・継続的なボランティア活動をする団体等に対し、運営が円滑にでき、かつ活動の助長を図る為予算の範囲以内で助成をします。

《対象グループ》ボランティア活動を主目的として、山ノ内町社協に登録しており、かつ山ノ内町住民活動センター運営委員会に加入し、活動をしている団体・加入を希望する団体。

※他から活動助成金等支給されている団体は対象外です。

《提出期限》平成26年2月7日(金)



ご理解ご協力ありがとうございました。  
**《平成25年度 赤い羽根の共同募金》**

戸別募金	1,906,970
街頭募金	44,633
職域募金	3,286
その他※	15,574
合 計	1,970,463

(平成25年12月24日現在)

※その他について：つつみ住民活動センターに設置している「福祉自動販売機(ハートフル自販機)」による寄付金も含まれています。(県の共同募金会へ直接送金されますが、山ノ内支会の実績に含まれます。)

その他の内訳  
 ハートフル自販機 15,531円  
 利息 43円



# ～社協の予定～

1月

8	水	・わくわく商店街	
9	木	・ほのぼのランチ	
10	金	・脳元気教室	
11	土		
12	日		
13	月	【成人の日】 デイサービス等営業	
14	火	・結婚相談所	
15	水		
16	木	・ほのぼのランチ	
17	金	・脳元気教室	
18	土	介護者リフレッシュ教室 (介護勉強会)	
19	日		
20	月	町身体障害者福祉協会 支会長会議及び新年会	
21	火	・結婚相談所	
22	水	・わくわく商店街	
23	木	・ほのぼのランチ	
24	金	・脳元気教室	
25	土		
26	日	余暇活動 (新年会)	
27	月		
28	火	・結婚相談所	
29	水		
30	木	・ほのぼのランチ	
31	金	・脳元気教室	
2月	1	土	ゲーブルゲーム交流大会
	2	日	
	3	月	
	4	火	・結婚相談所

## ☆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



おおぞら広場  
実行委員会 様

(実行委員長  
渡辺 貴子様)

10,086円

お寄せいただいた寄付金は社会福祉基金に積立し、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ペットボトルキャップ、雑巾やオムツなどのご寄付をいただきました。お名前は略させていただきますが、お許し願います。温かいご厚志、誠にありがとうございます。



## ワンポイント介護⑤

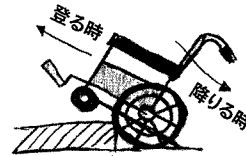
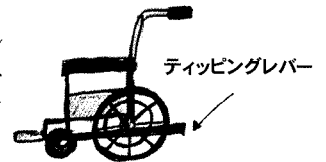
～ 車いすの操作方法 ～

### ○ 段差の昇降 ○

前輪は小さな車輪になっています。前輪を浮かせると、段差や隙間に引っかかったり落ち込んだりすることが避けられます。

### 《上り方》

ティッピングレバーを踏み、ハンドルを下に押し下げて、前輪を上げたまま進み、段の上の前輪を下ろします。

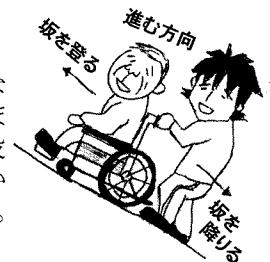


後輪が段にぶつかったところでハンドルを持ち上げながら押し出します。

↑ ポイントは  
タイヤを付ける事!

### 《下り方》

後ろ向きになりハンドルを持ち上げながら、ゆっくり静かに後輪を降ろします。前輪を上げて後方に下がり段差から離れて、つま先が当たらないようにして、静かに前輪を下ろします。



でこぼこ道、じゃり道などでは前輪を上げたまま進んだ方が押しやすいです。

## 編集後記

今年も一年が始まりました。子供の頃は寒さも気にせず、雪が多いことに喜びを感じていたことを思い出します。冬に負けない気持ちだけは今年も持っていたと思います。(Y)

社是 安全・尊厳・満足 = 地域住民のみなさまと共に歩む社協 =

● 福祉通信ちからこぶ 平成26年1月8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