



ちからこぶ

福祉通信「ちからこぶ」2016年11月号 たかはし けいぞう 高橋 敬三 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
中須賀川バス停	11:57
乗廻三つ角	11:59
竜王バスセンター	12:01
苗間竜王スキーパーク入口	12:05
よませスキー場入口バス停	12:09
前坂入口バス停	12:12
横倉集会所	12:17
宇木区民会館	12:20
よませふれあいセンター	12:23
上条共撰所交差点	12:27
町文化センター着	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
J A 穂波支所前	12:04
菅集落センター	12:07
桜橋バス停	12:10
興隆寺入口バス停	12:15
角間三つ角 (オリンピック道路上の陸橋)	12:18
湯ノ原公会堂前	12:20
町文化センター着	12:30
【東部方面】	
上林旧料金所発	12:16
砂止バス停	12:18
天川神社バス停	12:21
旧沓野農協スタンド	12:22
和合橋バス停	12:23
安代バス停	12:24
星川大噴泉前	12:25
町文化センター着	12:30

●●社会福祉大会送迎バス時刻表●●帰りの便は終り次第午後四時十五分終了予定)出発となります。

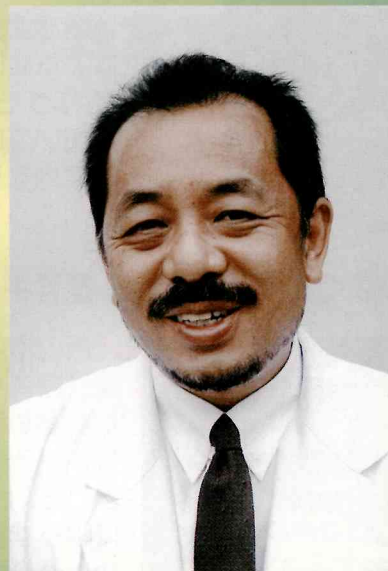
バスの乗降に支障のある方で個別に送迎を希望される方は、事前に社協までご連絡ください。

電話:33-1105 33-2810
有線:2038 4280

*福祉通信『ちからこぶ』は、再生紙を使用しています。

第35回 山ノ内町社会福祉大会

日時 平成 28 年 12 月 4 日 (日)
午後 1 時から午後 4 時 15 分
場所 山ノ内町文化センター



講師 しのはら きくのり 篠原 菊紀さん

★笑いとおどろき、納得の講演
日常的な脳活動を研究し、「脳トレ」をキーワードに、健康増進・仕事力アップ・地域活性化など多方面に活用・実践出来る内容です。

演題 「脳を鍛える活脳トレーニング」

●こちら注目!!

- ・オープニング「ドルチェ・ステッラ」
- ・福祉功労者・福祉活動功労者・福祉作品 表彰
- ・福祉活動発表

●ご利用ください!!

- ・町内をバスが巡回します。
- ・託児室も用意してありますので、小さいお子様連れの方でも、お気軽にご参加ください。
- ・模擬店も出店します。

入場無料 ですので、大勢の来場お待ちしております!!

来場者には記念品をプレゼント!!

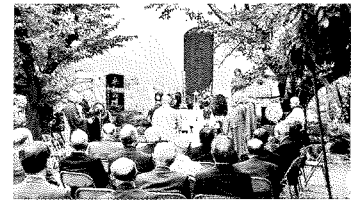
News



◇山ノ内町遺族会 戦没者慰霊法要◇

10月5日(水)

町遺族会主催（会長：佐藤富士雄）の戦没者慰霊法要が平和観音の大悲殿にて挙行されました。山ノ内町仏教会の皆様のご協力により40名の参列者が山ノ内町の平和や、日本の平和を願い、祈りをささげました。



◇ほのぼのランチ交流会◇

10月6日(木)

配食サービス「ほのぼのランチ」を利用されている方と、調理・配達ボランティアの方との昼食交流会が開催されました。早くから調理ボランティアの方が準備をし、テーブルには旬の食材を使った料理がたくさん並びました。

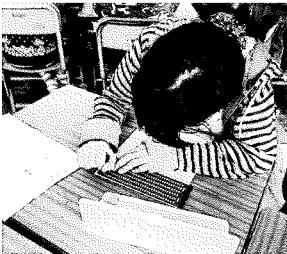
参加された方から「年に1回の集まりを心から楽しみにしている」「全部おいしかった、みんなで食べると特別おいしい」など、ボランティアにとって励みになる感想が多く聞かれました。

木曜日は、ボランティアの協力で「ほのぼのランチ」としてサービスを提供しています。利用希望や、ボランティアとしてお手伝い頂ける方は、お気軽に町社会福祉協議会までお問合せ下さい。



◇山ノ内町西小学校福祉学習◇

10月21日(金)



西小学校の4年生を対象に、点字の学習会を行いました。音楽会に招待する視覚障がいの方へプレゼントをするために、手で触れる絵本を作りました。

自分で打った点字を触り、「これが文字になるの？」と驚いていました。「音楽会の招待状も点字で作り、案内を出したい」と一生懸命、点字を打ちました。



◇手をつなぐ北信地区協議会 療育キャンプ・自然探勝会◇ 10月22日(土)、23日(日)

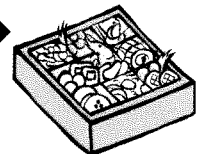


飯山市戸狩を会場に、手をつなぐ北信地区協議会療育キャンプと自然探勝会が開催されました。参加者約15名が研修や体験講座（箸づくり）、そして自然を体感する等の内容を楽しみました。今回は、北信地域全体として山ノ内町に限らず、近隣市町村の手をつなぐ育成会員とゆっくり話せる貴重な時間となりました。



◆◆◆歳末たすけあい事業「おせち料理購入事業」◆◆◆

皆様よりご賛同いただいた赤い羽根共同募金の配分金を活用し、お正月を楽しんでいただけるようにおせち料理を配達します。対象者の方は下記の通りです。



1	生活保護世帯	生活保護を受けている世帯
2	1人暮らしの方で、生活支援等のサービス利用者	65歳以上で介護保険サービスか障害福祉サービスを利用している1人暮らしの方
3	1人暮らしの方	75歳以上で買い物へ行くことが困難な方、もしくは、清掃・調理等の身の回りの事に支障をきたしている方
4	2人暮らしの方	買い物へ行くことが困難な方、もしくは、清掃・調理等の身の回りの事に支障をきたしている世帯（どちらかが75歳以上の世帯）

購入者負担金：800円（1世帯1食に限る）
申込み：地区民生委員へお申し込みください。

お問合せ：社協事務局 電話：33-1105 有線：2038
つつみ住民活動センター 電話：33-2810 有線：4280

障害者差別解消法・・・社会的障壁とは？

(第 2 回目)



障害のある方にとって、日常生活や社会生活を送る上で障壁となるようなものを指します。





- ①社会における事物（通行、利用しにくい施設、設備など）
- ②制度（利用しにくい制度など）
- ③慣行（障害のある方の存在を意識していない慣習、文化など）
- ④観念（障害のある方への偏見など）

などがあげられます。

社会的障壁を取り除くために必要で合理的な配慮（以下では「合理的配慮」と呼びます。）を行うことが求められます。

本法のポイント 「不当な差別的取扱い」と「合理的配慮の不提供」が禁止されます

※民間事業者における合理的配慮の提供は、努力義務となります。

	不当な差別的取扱い	障害者への合理的配慮
国の行政機関・ 地方公共団体等	 不当な差別的取扱いが禁止されます。	 障害者に対し、合理的配慮を行わなければなりません。
民間事業者 <small>※民間事業者には、個人事業者、NPO等の非営利事業者も含まれます。</small>	 不当な差別的取扱いが禁止されます。	 障害者に対し、合理的配慮を行うよう努めなければなりません。

お待たせしました！！ ほっとたいむコンサート



今回は、山崎浩先生（清泉女学院短期大学准教授）をお招きして、ほっとたいむコンサートを開催します。

山崎先生の歌声に合わせ、みなさんも一緒に歌いませんか？ケーキ付コーヒー券《300円》の前売り券を用意しています。ご購入した方のみ聴くことができます。限定30枚ですでお早目にご購入ください。

日時：12月15日（木）午後2時から
場所：カフェ「ほっとたいむ」
チケット代：300円

お問合せ先：カフェ「ほっとたいむ」
電話：33-2810 有線：4280

～ご理解とご協力、ありがとうございました。～

社協会費報告

町内の地域福祉の推進を図ることを目的としている社会福祉協議会では、目的達成の為、町民の皆様に向けて様々な事業を行わせていただいております。

事業を行うにあたっては、お金が必要となりますが、今回の社協会費も貴重な財源の一部となっております。私たちの町を皆で良くするためにも、ご理解とご賛同いただけます様、宜しくお願いいたします。

(平成28年10月20日現在)

特別会費	2件	40,000円
法人会費	74件	740,000円
賛助会費	63件	210,366円
一般会費	2,858件	2,740,674円
合計	2,997件	3,731,040円

このひとに注目

たかはし けいぞう
高橋 敬三さん

今月の表題を書いてくださったのは、ほのほのランチ交流会に参加された高橋敬三さんです。高橋さんは、8年ほど前に東京から山ノ内に来られ、ほのほのランチをご利用頂くようになって2年が経ちました。今回の交流会でも「食事は一人で食べることが多いので、大人数で食べるのは楽しみ」と話してくださいました。

旅行が大好きで、多い時にはひと月に3、4回旅行に出かけていたそうです。お部屋は旅行で撮影した写真が一面に貼られています。

お元気で活躍されている高橋さんです。



～社協の予定～

11月

10	木	・ほのぼのランチ	
11	金	・脳元気教室	
12	土	手をつなぐ育成会東北信研修会 (坂城町)	
13	日	・本郷区サロン ・穂波温泉サロン	
14	月		
15	火	・結婚相談所・脳元気教室・滝わしお茶のみ会 ・手芸教室(つつみ住民活動センター)	
16	水		
17	木	・ほのぼのランチ	
18	金	・脳元気教室	
19	土	北信身体障害者福祉協会 女性健康教室 (飯山庁舎)	
20	日		
21	月	介護者リフレッシュ教室 (そば打ち体験)	
22	火	・わくわく商店街 ・結婚相談所・脳元気教室	
23	水	[勤労感謝の日] デイサービス等営業	
24	木	・ほのぼのランチ	
25	金	・脳元気教室	
26	土		
27	日	【余暇活動(小布施)】	
28	月		
29	火	・結婚相談所 ・脳元気教室	
30	水		
12月	1	木	・ほのぼのランチ
	2	金	・脳元気教室
	3	土	・町社会福祉大会前日準備
	4	日	第35回山ノ内町社会福祉大会
	5	月	
	6	火	
	7	水	ボランティアリース作り教室
	8	木	

☆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



中高理美容組合 様より
使用済タオル

お寄せいただいた寄付金は社会福祉基金に積み立てし、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、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②

～ 足浴で心も体もポカポカ～

足浴の効果

- ①足を清潔に保ち、爪が柔らかくなり切りやすくなる。
- ②血行を良くし、全身が温まる。
- ③痛みや不快感を軽減させ、爽快感やリラックス効果が得られるので、入眠を促す。



足湯は肝臓の負担を軽減してくれます。人の体で熱を作りあげているおもな部分は、筋肉と肝臓です。肝臓には、解毒や栄養素の分解など他にしなければならない仕事がたくさんあるので、足湯をして身体を温めれば、それだけ負担が減ります。

また、腎機能も活発になり、尿の出も良くなり、むくみも解消する効果が期待できます。

足浴のやり方

バケツを用意し、40℃前後のお湯を足首の少し上まで入れます。お湯が冷めたら、さし湯をしながら10分ほどリラックス。入浴後に足を拭きながら、足裏やふくらはぎのマッサージもおすすめです。

水分補給や保温をし、汗をかいたら着替えをします。

「温泉地の入浴剤で足湯気分を楽しんでいる」という方もいらっしゃるかもしれません。

編集後記

この間、コカリナの初心者講座を受けてきました。小さいですが、しっかりとした作りで、れっきとした楽器です。先生に言われるままに指を動かすと…何と！「チューリップ」が吹けました！さらに、「カッコウ」「きらきらぼし」も吹けたのです！歳がいもなくすごい達成感を味わってしまい、毎日、近所迷惑にならないように静かにピヨロピヨロとコカリナを吹いています。(s)

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28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穩 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 ●印刷 うさぎや印刷