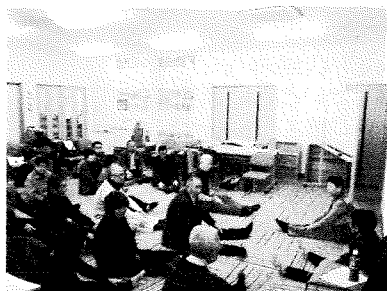


ちからこぶ

福祉通信「ちからこぶ」2016年3月号 あぜがみ 畔上 フサ子 書



いきいきサロンの集い



日頃、地域活動の一環として町内各地で開催されている「いきいきサロン」(お茶のみ会)の役員20名が集い、意見交換会を行いました。

前半は、いちご会の方による体操を全員で体験しました。緊迫した空気が一転、体も心もほぐれた時間となりました。

後半は、グループに分かれて話し合いをしました。「毎回の参加費はどうしている?」、「参加者に好評な内容は何?」、「〇〇をお願いしたい時にはどうしたら良いの?」、「協力してくれるボランティア精神がサロンや町全体にも広がってほしい。」と様々な意見が出ており活発な話し合いとなりました。

参加された方の感想

- ・ 色々な会の話をお聴くとそれぞれ良い所、真似のしたい事があります。自分たちの会にできる事を取り入れたいと思いました。
- ・ 大変価値のある機会を与えていただきました。
- ・ 役職や区が関わらなくて運営ができるようなボランティアの会がもっともっと増えてくれれば良いな。今後の山ノ内町には必要だと思う。
- ・ 各会の話が盛り上がり楽しかったです。
- ・ 講師面、お金の面と参考になりました。皆さん頑張っている事が伝わってきました。
- ・ 他サロンの方の意見交換ができて良かったです。初参加しましたが楽しい時をありがとう。



この人に注目
あぜがみ
畔上 フサ子さん

今月の表題を書いてくださったのは、畔上フサ子さんです。

畔上さんにはいきいきサロンの集いへ参加していただきました。『意見交換の時間は区役員、有志の方、民生児童委員と様々な立場で主催をしている方の話を聞いて、良い所、課題点の全てが参考になりました。宇木いきいきサロンも立ち上がったばかりです。今回の話を取り入れながらそして役員に限らず、色々な方が協力しあえるサロンになれば良いな。』と話して下さいました。

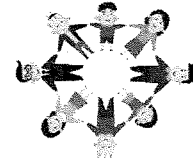
※いきいきサロンの内容や立ち上げ等の相談を受付けています。お気軽に社協へ声をかけて下さい。

ちからこぶモニターからいただいた質問・意見に解答させていただきたいと思います。



※モニターは民生児童委員 地域福祉部会の皆様にご協力をいただいております。

- ◆「ちからこぶ」発行の目的は何か。
(経緯がよく分からずモニターをやっている為申し訳なく思う)



→次回の4月号にて掲載いたします。

- ◆事業計画を立て実施をした結果、どのような結果となったかを載せてほしい。社協決算は見にくいので、一般の者が見ても分かりにくい。現場レベルの声を聞きたい。
- ◆社協会費等の記事 集金月と事業を分かりやすく記してあり再確認することができました。せめて会費だけの関わりしかできなくても認識できて良かったと思います。

→住民の皆様からご賛同いただいている社協会費は、地域福祉活動の財源として充てさせていただいております。皆様からの貴重な会費ですので、今後も分かり易い広報に努めていきます。

- ◆介護者リフレッシュ教室の様子と参加のお誘いを記事にしてほしい。
- ◆障がい者の余暇活動、年間計画を見てお手伝いができるようであればと思います。
- ◆重度障害者の外出支援記事は、なかなか外出できない人たちが少しでも明るくなってほしいです。
- ◆男衆会議が記事として紹介されたことが大変良かったです。
- ◆いきいきサロンの集いは、情報交換会の話し合い内容が記事になって良かった。

→地域福祉活動の様子から、皆様が福祉に対する関心が持てるような紙面づくりをしていきます。

- ◆ワンポイント介護が参考になります。



→皆様の日常に役立つような内容をご提供していきたいと思います。

- ◆簡単にできるクッキングメニューを毎回載せてほしい
- ◆漬物のコツ
- ◆料理のレシピ(昔から伝わっているもの)
- ◆1人でも参加しやすい雰囲気ボランティア情報
- ◆意外な所でコツコツと目立たないボランティアをしている方の紹介



→本紙や別冊発行のボランティア情報誌“つつみこみ亭”において掲載をしていきます。

- ◆山ノ内町ならではの行事(高齢者に聴いてみる)
- ◆畑仕事や趣味など生きがいをもって頑張っている人のインタビューがあれば良い
- ◆高齢者に聴いたとっておきの話



→住民の皆様よりお声を聴いて、より身近な方を取り上げていきたいと思っておりますので、推薦していただける方がいらっしゃいましたら情報をお寄せください。

- ◆介護職員の夢
- ◆社協関係利用者の家族の生の声等も記事にされても良いのでは。
- ◆終活ノートまではいかなくても、“マイメモリー”のような基本的に自分が倒れた時の対応等を記入できる記録サンプルを載せてほしい。

→良いご意見ありがとうございます。今後検討をしていきます。

モニターの感想

- ・今まで忙しさにかまけてボランティアに関心が持てなかった。体力があまりなくなってきた今頃になって少々関心が持てるようになってきた。
- ・福祉の窓口として存在は大変ありがたいと思っています。これからも楽しみにしています。
- ・全体的に読みやすい配置・写真で良かったと思う。
- ・集合写真はもう少し大きい方が良かったのではないか。
- ・「知恵のわクッキング みたらし団子」: さっそく作ってみました。とても美味しくできました。簡単にできる事が最高!!

貴重なご意見ありがとうございました。今後も皆様に愛される紙面づくりをめざしたいと考えております。住民の皆様のご意見、ご感想をお聞かせください。

脳元気教室

社協では介護予防教室として、毎週火曜日と金曜日に併せて26名程度の参加者で開催しています。春や夏はバスハイクに出かけたり歌や体操、ゲームに朗読、創作活動に料理教室など盛りだくさんの内容です。



教室に参加されている方の感想

- ・歌を唄うのは体に良いと思います。
- ・いつも一人でいる時間が多いので、皆さんと会うのが毎週楽しみです。
- ・ここに来ると色々なことを教えてもらえるのでありがたい。今まで生きてきて、知らないことが多いということに気づかされた。



◆◆◆買い物支援『わくわく商店街』開催日のお知らせ◆◆◆

町内が元気になることを目指し、町内の商店が集まりミニスーパー『わくわく商店街』を開催中!

- 開催日 毎月第2・4水曜日
- 時間 午前10時00分～午後1時00分ごろまで
- 場所 つつみ住民活動センター
- 出店内容 生鮮食料品、製菓、日用品、衣料品等
- 問い合わせ 町社会福祉協議会 電話：33-1105 有線 2038
町商工会 電話：33-5666 有線 2052



※11月と12月の第2回目は、第4火曜日になりますので、ご注意ください。

開催月	①	②	開催月	①	②
4月	13	27	10月	12	26
5月	11	25	11月	9	※22(火)
6月	8	22	12月	14	※27(火)
7月	13	27	H29年1月	11	25
8月	10	24	2月	8	22
9月	14	28	3月	8	22

◆◆◆ボランティア活動保険◆◆◆

ボランティア活動中のさまざまな事故によるケガや損害賠償責任を補償します。安心した活動をしていただく為に、ボランティア活動を始める前に加入をお願いします。

【年間保険料(掛け金)】		
基本タイプ	A 300円	B 450円
天災タイプ	天災A 430円	天災B 650円

加入・更新の手続き・お問い合わせは社会福祉協議会までご連絡下さい。

～社協の予定～

3月	9	水	・わくわく商店街	
	10	木	・ほのほのランチ	
	11	金	・脳元気教室	
	12	土		
	13	日		
	14	月	山/内町赤十字奉仕団委員会	
	15	火	・結婚相談所 ・脳元気教室 ・手芸教室 (つつみ住民活動センター)	
	16	水	町遺族会理事会	
	17	木	・ほのほのランチ	
	18	金	・脳元気教室	
	19	土	婚活セミナー (つつみ住民活動センター)	
	20	日	【春分の日】	
	21	月	【振替休日】 デイサービス等営業	
	22	火	・結婚相談所 ・脳元気教室	
	23	水	ゲール愛好会総会 (つつみ住民活動センター)	・わくわく 商店街
	24	木	・ほのほのランチ ・PM社協理事会	
	25	金	・脳元気教室	
	26	土	ランドセル収集活動 時間：10時～12時 場所：つつみ住民活動センター	
	27	日		
	28	月	・PM社協評議員会	
	29	火	・結婚相談所 ・脳元気教室	
	30	水	余暇活動 (年間計画づくり&茶話会)	
	31	木	・ほのほのランチ	
	4月	1	金	
		2	土	
		3	日	
		4	月	
		5	火	・結婚相談所 ・脳元気教室
		6	水	

☆ご寄付をいただきました☆

みなさまのご奉仕に心より御礼申し上げます

古幡 良子 様 3,000,000 円

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⑩

一人で抱え込まないで!

～介護者の心を守る～

介護する家族が



言われたくないひと言



言ってほしいひと言



嫁(娘)なんだから介護するのは、あたり前でしょ。



大切な人を介護してくれて、ありがとう。



介護が大変って何が大変なの? 本人はトイレだって行けるし、食事も自分で食べてるじゃない。



認知症の人と一緒に暮らすのは、それだけで大変なことだよ。



愚痴ばかり言うね。



言いたくなる気持ちはよくわかるわ。聞くことくらいしかできないけれど、私でよかったですら聞かせて。



認知症の人には、やさしくしてあげなくちゃ。



やさしくできないときがあって、あたり前だよ。人間だもん。



本人は、あなただけが頼りなのよ。がんばってね。



がんばりすぎてもよくないよ。「ま、いっかー」でちょうどいいんだって。困ったことがあったら、手伝うよ。



介護もしないで、よく旅行なんか行けるね。



毎日ががんばっているんだもの、ときには息抜きも必要だよ。リフレッシュしてきてね。

編集後記

3月といえば卒業。自分の卒業式では、まるで一生の別れのように友との別れに涙・鼻水が止まらなかった事を思い出す。子供の卒業式では子供の成長と、よく子育てを頑張った自分に感動し涙と鼻水が止まらなかった。3月は一年で一番涙の多い月。色々な思いで流す卒業の涙…ステキですね。(A)

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3月9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 FAX0269-33-8413

●URL <http://www.honobono-shakyo.or.jp>

●E-mail info@honobono-shakyo.or.jp

●印刷 山ノ内町社会福祉協議会