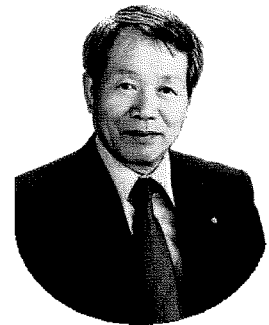




# ちからこぶ

福祉通信「ちからこぶ」2017年1月号 なかじま まさゆき 中島 正行 書

## 謹賀新年



皆様も、ご健勝で新年を迎えられたこととお喜び申し上げます。  
昨年は気候が異常で寒暖の差が激しく野菜や果樹も悩まされました。  
また、社会の停滞感から、一部には劇場的・刺激的な主張がなされ、それを歓迎する気配が世界的規模で忍び寄っている感があります。今年はどうなって行くのか、自分たちの足元を見つめながら注視して行きたいと思えます。

さて、今年には昨年改正された社会福祉法や介護保険の具体的な対応が始まります。社会福祉法の改正については、社協はほとんど変わることがありませんが、介護保険については、要支援が介護保険から市町村の総合支援事業へ移行することになり、社協でもこれについての対応が必要になりました。こうした事と、ももの木が手狭になっていること等を検討した結果、ももの木をより広い場所に移転し、そのあとを要支援のデイサービスにする事で一層充実したサービスを提供したいと準備を進めています。社会福祉の公的な措置はどうしても後追いになり、そこに谷間が出来てしましますが、ここをみんなで助け合い手をつなぎ合うことを通して、安心・安全な住みよい地域にして行きたいと思えます。

私たち社協は本年も住民の皆さんの相談相手として、つなぎ役として努めてまいりますので、よろしくお願ひします。

山ノ内町社会福祉協議会 会長 畔上 善治

今月の表題を書いてくださったのは、本郷区保健福祉委員長の中島正行さんです。

本郷区のふれあい事業（いきいきサロン）の代表者として本年度の活動運営をされています。4月～12月までの毎月1回、フラダンスや落語等の企画をされ参加者とともに楽しまれています。

中島さんは「毎月開催は大変だが、参加者の喜ぶ姿を見ると頑張ろうと思えました。役員の皆さんに協力をいただき1年間無事に進めることができました。とても感謝しています。」と話されました。

本郷区の活動は、町内で活動をしているいきいきサロンの中でも10年以上活動されているご長寿の団体です。今後も益々のご活躍を期待しております。

### このひとに注目

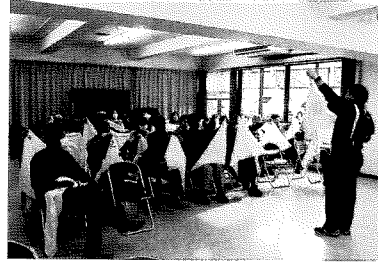
なかじま まさゆき  
中島 正行さん

## News

### ○山ノ内赤十字奉仕団研修○

12月10日(土)

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。日赤救急法 宮入指導員により、傷の手当てを中心に講義していただきました。三角巾を使った手当ては、けがの箇所や種類によって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。



### ○本郷区ふれあい事業○

12月11日(日)



恒例の“ちぎり絵カレンダーづくり”をしました。参加者の自由な発想で配色を決めたので、個性豊かな作品となりました。紙をちぎる、色を考える、人と話しながら貼る等、様々な効果が期待できる活動になりました。「どの絵も上手だけど、やっぱり自分で作ったものが一番上手。」と各々の班から聞こえてきました。



### ○ほっとたいむコンサート○

12月15日(木)

今年の“ほっとたいむコンサート”は、山崎浩先生（清泉女学院准教授、声楽家）をお招きして、会場割れんばかりの歌声が続く楽しいコンサートとなりました。

来場者の中には3世代で来られた家族もいっしょり、どの世代も口ずさむことが出来る曲がありました。明るい曲は元気よく、暗く寂しい曲は、うつむきながら歌い始める等、趣のあるご指導もありました。山崎先生のトークに笑い声がおこり、1時間20分を座ったまま歌い続けましたが、運動をしたようなすがすがしい気分になりました。



音楽は人に寄り添い、人を動かす大きな力がある。毎日を元気に過ごすヒントをたくさん頂いた感動的なコンサートでした。

## ご理解ご協力ありがとうございました。

### 《平成28年度 赤い羽根の共同募金》

戸別募金	1,869,686
街頭募金	45,317
職域募金	8,715
その他※	3,793
合計	1,927,511

(平成 28 年 12 月 15 日現在)



はじめまして！  
愛（あい）ちゃんと  
希望（きぼう）くんです。

※その他について：つつみ住民活動センターに設置していた「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 3,744円 利息 49円】

**参加者募集**【お問い合わせ】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**\*\*\* 地域まめったいサミット \*\*\***

今年は松本にて「地域まめったいサミット」が開催されます。県内の山間地や農村地に暮らす人たちの熱い思いを共有し、力強い原動力をもらって来ましょう。

山ノ内町からは木笛の販売があります。参加希望の方は送迎も行ないますので、多くの方のご参加をお願い致します。

日 時：平成 29 年 1 月 28 日(土) 10 時 00 分～15 時 00 分

会 場：松本市 なんなん広場 ※希望の方は送迎を行ないます

内 容：〈午前〉トークセッション「まめったい開催地は今もまめったい」

〈午後〉講 演「どうすれば故郷に住み続けられるか？」

講 師 高橋 寛治氏 (地域政策プランナー)

意見交換・発表

参加費：1,500 円 ※昼食代込み

申込み：1 月 16 日(月)までにつつみ住民活動センターへお申込みください。

**\*\*\* 『いきいきサロンの集い』 \*\*\***

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者の方を対象に開催します。みなさんの日頃の想いを聞かせてください！

日 時：平成 29 年 2 月 5 日(日) 13 時 30 分～16 時 00 分

場 所：つつみ住民活動センター

参加費：無料

内 容：ニュースポーツ体験、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

募集人員：20 名程度

申込み：1 月 30 日(月)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

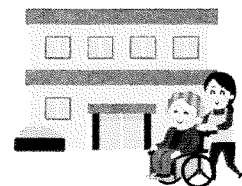
**◇◆◇ 地域福祉活動助成金 ◇◆◇**

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 28 年 4 月 1 日～平成 29 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 29 年 1 月 25 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 29 年 2 月 3 日(金)

# ～社協の予定～

1月

11	水	・わくわく商店街
12	木	・ほのぼのランチ
13	金	・脳元気教室
14	土	
15	日	<b>介護者リフレッシュ教室 (レクリエーション)</b>
16	月	
17	火	・結婚相談所 ・脳元気教室
18	水	
19	木	・ほのぼのランチ
20	金	・脳元気教室
21	土	<b>町身体障害者福祉協会支会長会議 (つつみ住民活動センター)</b>
22	日	<b>余暇活動 (新年会)</b>
23	月	
24	火	・結婚相談所 ・脳元気教室 ・手芸教室(ヘルパーセンター2階)
25	水	・わくわく商店街
26	木	・ほのぼのランチ
27	金	・脳元気教室
28	土	<b>地域まめつたいサミット (松本市)</b>
29	日	
30	月	
31	火	・結婚相談所 ・脳元気教室
2月	1	<b>切手整理ボランティア (つつみ住民活動センター)</b>
2	木	・ほのぼのランチ
3	金	・脳元気教室
4	土	
5	日	
6	月	
7	火	・結婚相談所 ・脳元気教室
8	水	・わくわく商店街

## ☆ご寄付をいただきました☆ 皆様のご芳志に心よりお礼申し上げます



あおぞら広場出店者一同  
代表 渡辺 貴子 様

9,000 円



長野県理容組合  
中高支部 様

18,500 円

お寄せいただいた寄付金は社会福祉基金に積立して、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。

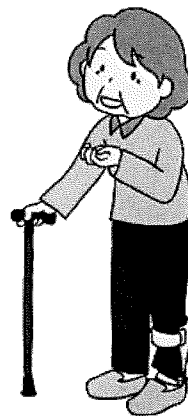


## ワンポイント介護②③

～片マヒ側のケガのリスク～

マヒ側の手や足は感覚がにぶくなります。その為、ケガをしていてもわかりにくく悪化させてしまうことがあります。日頃の注意と観察で悪化を防ぐことができます。

○マヒ側の状態のちがいに  
人によってマヒの状態がちがいます。筋肉が脱力している人は、肉が縮まり固くなる人と、筋肉が脱力する人もいます。



小さな傷でも治りにくかったり、感染をおこしやすいため早めの対応が必要です。

○ケガしやすく発見しにくい場所  
足…つま先、かかと  
手…腕の内側、拘縮している手の中など

筋肉が固まっている人は、関節を無理にのぼそうすると骨折のリスクがあります。筋肉が脱力している人は逆に、関節がはずれやすくなりわかりにくいことがあります。

## 編集後記

新しい年を迎え、「今年の目標」をたてようと思う。過去にたてた目標を思い出すと、「家計簿をつける」は2年連続3月をもって終了した。「体重3kg減」も、達成したはずが、年の終わりにはもどっていた。でも、「週末のウォーキングとエアロビ」はほぼ達成した。これからも毎年目標は持ち続けていきたい。あつ、今年は「決めた目標を達成すること」を目標にしよう。(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29年1月11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](mailto:info@honobono-shakyo.or.jp) ●印刷 うさぎや印刷