

 南房総市社会福祉協議会広報紙

てんだあ 第19号

『てんだあ』とは英語で「やさしさ」という意味です。 2011年12月

〒295-0004 千葉県南房総市千倉町瀬戸2705-6 TEL (0470) 44-3577/FAX (0470) 44-3542
ホームページアドレス <http://www.shakyo-minamiboso.or.jp>



CONTENTS ~主な内容~

外出支援サービスのご案内……………	2P
これからいいき敬老の日……………	3P
福祉ニュース……………	4P
地域福祉フォーラムレポート……………	5P
ボランティアネット(和)ーク……………	6P
ワンポイント介護……………	7P
善意の寄付、ちょっといい話……………	8P

負けたら… “ちょちょ”だよ～

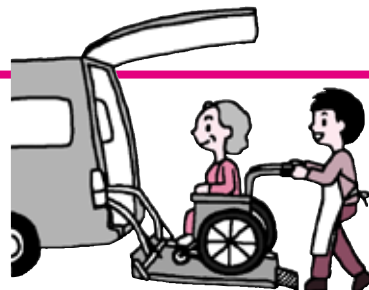
三芳地区ふれあい交流では、老連三芳支部の芸能発表会に三芳幼稚園年長さんを招待しました。元気いっぱいに歌や踊りを披露。そしておまちなかのジャンケンゲームで負けたら…ちょちょの罰ゲームとあって真剣勝負のなかにも笑いあり。楽しい時間を過ごしました。



葉牡丹
はなことば：慈愛

特集

社会福祉協議会の 外出支援サービスのご案内



～高齢者や障害者の方へ 通院・買い物などお出かけのお手伝い～

南房総市社会福祉協議会では、誰もが身近な地域社会で安心した生活ができるように、在宅生活を支援する地域の実情にあった事業を実施しています。

今回は、本会が実施している外出支援サービスについてご紹介します。

外出支援サービスは、平成18年3月27日に関東運輸局千葉運輸局から運送許可を得て、高齢者や身体に障害を持つ方など、ひとりで電車やバスなどの移動が難しい方に、ボランティアの運転協力者やホームヘルパーによる、通院や買い物などの日常生活の支援、地域の行事への参加をお手伝いする外出支援サービスを行っています。詳細については次の通りです。



外出支援サービスには2種類あります。

	ボランティア移送サービス	ヘルパーによる外出支援サービス	
利 用 者	高齢者や体に障害を持つ方	高齢者及び障害をお持ちの方で 要支援認定の方	要介護 1 以上の方
そ の 他 条 件	自宅に自家用車をお持ちでない方	自宅に自家用車をお持ちでない方	なし
利 用 内 容	通院・買い物等	通院・買い物等	通院のみ
利 用 料 金	最初の 30 分 350 円 (以後 15 分ごとに 175 円) 運賃 1 km あたり 30 円	往 復 7 0 0 円	1 往復 5 0 0 円 通院等乗降介助 片道 1 0 0 円
年 会 費	1 0 0 0 円	1 0 0 0 円	
実 施 区 域	南房総市内及び近隣市町村	お住まいを拠点とした各地域福祉 センターより 10 km 圏内	
利 用 時 間	土日、年末年始を除く午前 8 時 3 0 分から午後 5 時まで		

※外出支援サービスをご利用するには条件があります。

詳しくはお近くの地域福祉センター(8p参照)へご相談ください。



ホームヘルパーが外出のお手伝い

**運転協力をしていただける
ボランティアさんを募集します!**

募 集 地 域

●富浦地区 ●白浜地区 ●和田地区
にお住まいの方。

ご協力いただける方は、お近くの各地域福祉センターへご連絡ください。

◆富浦地域福祉センター TEL 33-4565

◆白浜地域福祉センター TEL 30-5122

◆和田地域福祉センター TEL 47-3390



これからもいきいき敬老の日

9月の敬老月間をはじめとし10月までに、長年にわたり社会に尽くされてきた高齢者を敬愛し、長寿を祝い多彩な催しが開催されました。



10/18

日頃の感謝の気持ちを 懐かしメロディーにのせて

南房総市敬老会

市内の65歳の方々に、これまでの長きにわたる多方面でのご活躍に感謝して楽しんでいただこうと、南総文化ホールを会場に敬老会が開催されました。主催者あいさつ、来賓祝辞に続き、お待ちかねアトラクションの始まりです。催しの皮切りにマジックショーで“アツと”驚いたあとは、カラオケファンに根強い人気の服部浩子さんのしっとりとした歌声に聞き入る人も。トリは、平浩二さんのヒット曲「バス・ストップ」をはじめ、懐かしメロデーが披露されると口ずさんだり、握手を交わしたりと楽しいひと時を過ごしました。



“いつまでもお元気で” 皆さんのもとへ握手に飛び入り

深みある名作品67点

高齢者名作展

敬老会と同時開催された高齢者名作展には手編みのセーターやバックの手芸作品、動物のたくましさをとらえた写真や季節の花畑を題材にした絵画とともに俳句短歌・書道など趣ある作品も所せましと並びました。

何よりも、歳を重ねられ創り出される作品ひとつひとつに思いや深みがあらわれ“熟練”ならではの精巧な作品に来場された皆さんは感動されていました。



●人気投票の結果●

敬老会に来場された方にお気に入りの作品へ投票していただきました。

- 最優秀賞 白浜地区 浅沼房子様
つるし雛 「平和への祈り」
- 優秀賞 富浦地区 中村悦子様
藤かご 「ひつじ」
- 優秀賞 富浦地区 小柴瑞枝様
甲 冑 「手作り甲冑」
- 優秀賞 三芳地区 角田ひで子様
手 芸 「コイリング編みのおかき入れ」

9/22

肖像画を贈り長寿を祝う

最高齢者へ肖像画を贈呈

長寿のお祝いに渋谷幸一社協会長が市内最高齢者(高齢順)15名の方へ肖像画を贈りました。

贈呈に“ご長寿のお宅”を訪問し、いつまでもお元気で長生きしてくださいとお祝いの言葉とともに贈りました。

贈呈された方のご家族からは、姉妹で肖像画をいただいた長寿の家系です。「耳は聞こえずらいようですが、新聞は老眼鏡がなくても毎日欠かさず読んでいます。」とお元気で過ごされているお話も聞かれました。

これからも健康でますますのご長寿をお祈りいたします。



佐粧かく様とご家族

10/28

ともに50年歩まれたご夫妻を祝し

結婚50周年祝賀会

今年結婚50周年を迎えられたご夫婦68組に渋谷幸一社協会長から記念品とお祝いの言葉が贈られました。

お二人で歩んだ50年という長い道のりを共に過ごされたご夫婦に敬意を表しますとともに、これからもお二人寄り添いながら何よりも健康で素敵な人生を過ごされますよう心からお祈りいたします。



お二人の記念写真または、夫婦茶碗を記念の品に贈りました



掘っても掘っても出てくるおイモ

大勢の親子が富浦地区多田良の畑に集合し、サツマイモ掘りの始まりです。大きなサツマイモがゴロゴロ出てくる出てくる!!子どもたちは泥んこになりながら一生懸命掘り出しました。

そして、掘り終えた後のお楽しみ♪アツアツでホクホクの焼きいもをみんなで美味しくいただきました。

10月27日

富浦地区子育てサロン

秋空の下で
サツマイモ掘り!

このコーナーは、地域福祉に関するニュースやお知らせを紹介します。

福祉ニュース

11月4日

戦後66年
恒久の平和を誓う
南房総市戦没者追悼式



献花を捧げる遺族代表

南房総市戦没者追悼式が、白浜フローラルホールで行われ、約400名の参列者があり、先の戦争で尊い命を落とされた戦没者の方々2523柱に黙祷を捧げご冥福をお祈りしました。

石井市長の式辞に始まり、渋谷幸一社協会長をはじめ来賓の方々が「追悼のことば」を述べられ、続いて市内の遺族代表・来賓の方々が献花を捧げました。市遺族会の武山成一会長が、「戦争を知らない世代が多くなった今、戦争の悲惨さと平和の尊さを次の世代に伝えることが遺族会の使命だ」と挨拶され、二度と同じ悲しみの歴史を繰り返さないよう恒久の平和を誓いました。

11月22日

「久しぶりだのお」で
懐かしい一日
生き生きクラブ
ふれあい交流会



みんなで指あそび

白浜地区では地域のお年寄りの方々とデイサービス利用者との交流会を開催。顔見知りでもゆつくりとおしゃべりできる機会が少ないので、皆さん席について顔を見るなり「おめえだったんかい!」「元氣だったんかい?」「あの人はどうしてる?」とあちらこちらで久しぶりの再会に話がつきません。大浴場でゆつくりお風呂につかり「朝から風呂に入り温泉に行つたみたい」とニコニコ(*・*)、心のこもったおいしい昼食で「まるで旅行にきたようだよ」と舌鼓。また、一人が歌い始めると次から次へと口ずさみ皆さんで楽しい合唱となりました。和やかな一日を過ごすことができました。

11月23日

まつり会場は
おおいにぎわい
第6回和田福祉まつり



うまく入ったかな!?

和田地区の区長さんをはじめ、地域の皆さんの協力のもと「和田福祉まつり」が和田地域福祉センター「やすらぎ」を会場に開催されました。会場では、地区社協委員やボランティア、民生委員が役割分担し運営にご協力いただきました。

朝早くから並んで待つ人も開場の合図で扉が開かれると、バザー会場目指してドツとなだれ込み、お目当ての品物を求め大混雑しました。

また、ボランティアフェスティバルも同時開催し、手作りお弁当や絵手紙の体験コーナー、扇祥会抹茶コーナー、ふれあい喫茶、手作り小物販売、おもちゃと絵本の図書館などのボランティアコーナーのほか、お子さんに人気の輪投げやくじ引きなどのおたのしみコーナーも設けられ、市内外から多くの人たちが来場し大賑わいの一日となりました。

地域福祉フォーラム 各地区からのレポート

福祉をはじめさまざまな分野の人たちが協力して、地域福祉を考える座談会「地域福祉フォーラム」を平成23年度各地区で開催してきました。今回は、地域福祉フォーラムを立ち上げて2年目になる丸山地区、上三原地区、岩井地区の活動状況をレポートします。

「おたがいさまで“笑顔”がいちばん」がいことば♪

〈丸山地区地域福祉フォーラム〉

丸山地区のフォーラムでは、グループになって意見交換をしています。グループで出た意見をそれぞれ発表し、意見をみんなで共有しています。

その中で、「防災対策」「福祉サービスを知らない人が多い」という課題が見えてきました。

解決方法の一つとして、地域の横のつながり（ネットワーク）をさらに強め、昔からある「おたがいさまの関係」がもっと広がれば、ということて愛称を「おたがいさまネットワークまるやま」とし、新たな仕組みを検討中です。



グループなので活発な意見が飛び交ってます！

先進地のきめ細かな取り組みを視察し、これからの活動に活かす

〈上三原地区地域福祉フォーラム〉



活動事例を聞いて意見交換

上三原地区では、平成22年度から地域福祉フォーラム設置に取り組み、初年度は住民アンケートを実施し、それに基づく地区としての課題・目標（案）を掲げ、本年度は先進地の取り組みについて視察研修を行い、委員による検討会を実施しテーマの絞り込みを計画しています。

今回、委員13名で市原市の南総地区平三小学校区福祉ネットワークの取り組みについて視察研修を行いました。学校、環境、広報、見守りの4部会を設けて活動を行っているところが特徴的でした。

当地区と比べると4倍程の世帯数であり規模の違いはありますが、地形環境（イノシシが多い等）は似ており、小学校区単位のきめ細かな活動は、たいへん参考になり具体的な取り組みに反映させていきたいと思っています。

認知症を知ることが、支えあいに

〈岩井地区地域福祉フォーラム〉

「もしか？まさか！」認知症 早期発見のカギと題して、岩井地区地域福祉フォーラムが開催されました。医療法人慶勝会理事長 田中耕一先生を座長として、他の施設4名のパネリストがそれぞれの立場から事例を発表する、パネルディスカッションを実施。会場には約150名の来場者があり、それぞれの意見に皆真剣に聞き入っていました。認知症は病気であり、早期発見のカギは、異変に気づいたらいち早くかかりつけの病院に相談すること。そして家族はもとより、地域の友人知人のきめ細かな見守りが重要であり、地域で支えあうことの大切さと認知症の理解が必要だと話しあわれました。続いて意見交換会では参加者から意見を聞き、地域の課題について話しあわれました。当日午前中には、独居高齢者のふれあい会食会も実施。高齢者も多く参加したフォーラムになりました。



認知症をテーマにパネルディスカッション

震災教訓に地域で できること

南房総市ボラ連協
メンバーが研修

千葉県ボランティア連絡協議会が主催する地域別ボランティア研修会がいすみ市大原文化センターで行われました。テーマは「緊急時、災害時対策を考える。」特に今回は、3月11日発生した東日本大震災を教訓に、各地区で実践できることはなんだろうかと参加者みんなで考える研修でした。そして、災害時に役立つ非常食をブルーシートの上で車座になり試食しながら交流を図りました。

午後から赤十字ボランティアリーダー朝野氏による「大震災から見えてくるもの」と題し、講演があり、家族、ご近所との普段からつながりが防災力を高めることにつながるお話でした。

この研修には当ボランティア連協から支部長はじめ会員ら14名が参加し、被災者が少しでも安心して生活できるよう支援しなければという意見やわずかの時間でも被災者の気持ちに触れることができたなどの声も聞かれ、今後のボランティア活動へつながる研修となりました。



被災者の気持ちに触れて

広がれ!

ボランティアが活動をレポート

ボランティアネットワーク

南房総市内では、いろいろな技術や知識を持ったボランティアグループが活動しています。ここでは、ボランティアグループから届きました、活動レポートをご紹介します。



パン食い競争「パンのお味は？」

老人クラブ会員と言葉かわしながら 高齢者スポーツ大会に参加

ボラ連千倉支部
やまびこの会

老人クラブ千倉支部の高齢者スポーツ大会が11月8日、千倉総合運動公園で行われました。

例年行われていますこのスポーツ大会のお手伝いとして、「やまびこの会」から10名が参加し、競技の準備等を行い老人クラブ会員と交流を行いました。

ボランティア

ボラ連三芳支部
オレンジの会・もみじ会

ひと手間かけて!! おいしさアップ

三芳地区給食ボランティア養成講座

三芳地区配食ボランティアさんを対象に給食ボランティア養成講座を開催しました。

保健所の保健師さんより「食品衛生管理について」説明していただき、普段の手洗い方法で、どれだけ洗い残しの菌があるか? 特殊な器械でチェック。爪の中や指の付け根など細かいところまで念入りに洗うように指導していただきました。

講義のあとは、プロの板前さんから季節の食材を使ったお弁当メニューを教えていただき、ほんのちょっとした工夫やひと手間、お弁当に適した美味しいおかずになることを改めて実感しました。



お味は、プロ級!!



できあがり! (^^)



ホームヘルパーの ワンポイント

かいGO 介護

食事編

～飲みこみやすくとろみをつけて～

高齢者になると消化の能力や飲みこむ力が低下します。誤って肺へ入ってしまい細菌を増やし、気が付かないうちに肺炎になってしまうことを誤嚥（ごえん）性肺炎といいます。

誤嚥（ごえん）とは…？

通常食べ物は、【口⇒口腔⇒咽頭⇒食道⇒胃】と運ばれますが、誤嚥性肺炎は、【口⇒口腔⇒咽頭⇒気管⇒肺】へと入ってしまいます。

そこで、とろみ剤を使いとろみをつけると食べやすく飲み込みやすくなります。

食べ物だけではなく、水（お茶、汁もの）などでもお世やすいのでとろみをつけると喉の奥までゆっくと運ばれ、お世にくくなります。ぜひ、試してみてください。

ちなみに、とろみ剤とは…？

片栗粉やくず粉などでとろみをつけますが、誰にでも同じとろみではなく、状態によって工夫してみてもいいかもしれません。



問い合わせ

- ホームヘルプサービスとみやま
TEL 50-5213
ケアプランのご相談は…
TEL 58-0989
- ホームヘルプサービスみよし
TEL 36-2276



アロマでマッサージ

●介護者のつどい●

アロマオイルはむくみや癒しの効果があると言われ、介護にこのオイルを取り入れているケアステーション・ろくじろうのスタッフを講師に迎え、介護する人もされる人も癒される介護の方法をお話いただきます。

日時：①平成24年 **2月7日**（火）

会場：三芳保健福祉センター
（南房総市谷向 116-2）

②平成24年 **2月10日**（金）

会場：ちくら介護予防センター
（南房総市千倉町瀬戸 2705-6）

時間：両会場ともに 13:30～15:00

▽内 容：アロマをやってみよう/交流会

◇講 師：ケアステーション・ろくじろう

◇参加費：500円

◇申し込み・問い合わせ：

南房総市社会福祉協議会 TEL 44-3577

絆 人のつながり支えあい

●南房総市社会福祉大会 開催お知らせ●

第6回目となる今大会のテーマは「震災による地域のつながり あの日をわすれない」です。東日本大震災により、あらためて地域のつながりや大震災で起きたことをみんなで考え、語りあうことで人と人とのつながり、そして“絆”をより深めていければと思います。多くの市民の皆さまのご参加をお待ちしています。

◇日時：平成24年 **2月25日**（土）12:00～17:00

◇会場：ちくら介護予防センター（南房総市千倉町瀬戸 2705-6）

▽内容：

●福祉功労者の表彰 ●市内の小中学生、高校生の福祉作文発表

●被災地での支援活動を語る

●講演：阪神淡路大震災語り部 矢崎由美子さん

「阪神淡路大震災から以後、私が見た思いやりの心と
福祉のまちづくり」

●復興支援「私たちにできること」

ボランティア・社協ブースで復興支援グッズなどを販売し、被災地のボランティアグループを支援します。体験コーナーも企画中です！

◇問い合わせ：南房総市社会福祉協議会 電話 44-3577

お譲りください

福祉機器 リサイクル

使わなくなった 車椅子・歩行器・杖 シルバーカー をお譲りください！

ご家庭で不要になった福祉機器をリサイクルし、必要とされる方へ無償でお譲りしています。お譲りいただける福祉機器がございましたら、社会福祉協議会本所（電話 44-3577）までご連絡ください。



たくさんのまごころ
ありがとうございます。

善意の寄付

敬称略/平成23年9月～平成23年11月

君津信用組合	300,000 円
昭和17年南三原国民学校初等科6年	24,805 円
昭和18年度白浜小学校卒業生クラス会	27,000 円
高樹きみ江教室	188,282 円
白浜地区根本区	30,000 円
小松寺紅葉祭実行委員会	26,011 円
南総天台会	10,000 円
匿名 5件	111,401 円

第6回和田福祉まつりでご協力いただいた
方々にご寄付をいただきました。

扇祥会	5,000 円
ふれあい喫茶「なごみ」	3,000 円
おたよりボランティア	3,000 円
なみはらっこくらぶ	3,000 円
おたのしみコーナー福祉箱	15,401 円

この寄付金は、本会福祉振興基金に積み立て、以後地域福祉向上のため有効に役立たせていただきます。ありがとうございました。

地域のちょっといい話

15分のゴミ拾い、続けて34年

富山地区にお住まいのMさん。ゴミ出しの朝に、庭先から出てゴミの集積所の数十メートルの通りを軍手と火ばさみを片手に一回りし、道ばたのゴミを拾って集めるのを日課に続けて34年、今85才です。はじめたきっかけは、ご自分がゴミ捨てに出かけた時に道ばたにはたくさんゴミが捨ててあり、匂いやハエがとても気になりゴミを拾うようになったそうです。「それが今では習慣になっているようです」と笑顔。「高齢になり、体調の良い日とお天気の日にはほんの15分くらいです。大きなボランティアはできないので、これくらいの事しかお役にたてないですよ。」と、他にもちぎり絵や編み物の趣味も幅広く手がける、すてきなMさんでした。小さなゴミ拾いも34年続けるってとてもすごいですね。



ゴミひとつ落ちていない通り



必需品の軍手と火ばさみで

編集後記

★私が思う今年の漢字は…「絆」。震災を通してたくさんの方々の支援と協力がありました。そして日々地域の為に皆さんの協力をして頂いている方々も。身近にはこんなにみんなの絆がある。そんな皆様の「絆」をこの紙面にお届けできるよう努力していきたいと思ひます。(A)

★今年の社会福祉大会では、復興支援グッズ販売やオイルランプづくりなど体験コーナーも考えてあります。ぜひ大会で支援に参加ご協力をお願いします。(T)

★早いものであっという間に師走ですね。今年は東日本大震災があり、皆様には義援金や支援物資・ボランティア活動等いつもにも増してたくさんのご好意とご協力を頂き、あらためて人の暖かさに心が温くなりました。また、普段通りの生活がどれほどありがたいことか考えさせられる1年でもありました。来年はきっといい年になるとご祈念して皆様良いお年をお迎えください。(H)

【各種相談】

◆心配ごと相談 ～日頃の悩みや困りごとは～
時間/ 13:30～16:00

1月	2月	3月	場 所
11日(水)	8日(水)	14日(水)	とみうら元気倶楽部
10日(火)	10日(金)	12日(月)	南房総市富山支所
20日(金)	17日(金)	16日(金)	三芳保健福祉センター
18日(水)	15日(水)	21日(水)	白浜保健福祉センター
10日(火)	10日(金)	12日(月)	ちくろ介護予防センター
20日(金)	20日(月)	21日(水)	丸山公民館
25日(水)	22日(水)	28日(水)	和田地域福祉センター

◆無料法律相談 ～法律に関することでお悩みの方～
時間/ 13:00～16:00

予約・問い合わせ: 44-3577

開設日	場 所	事前予約受付
3月7日(水)	和田地域福祉センター	2月13日(月)

○予約申込: 事前に予約受付日に午前9時から受け付けます。

○定 員: 6人(相談はおひとりにつき30分まで)

○そ の 他: 調停中や裁判中の事件の相談ならびに同一内容についての再度の相談は応じられません。

◆結婚相談 ～よい出会いを応援します～

時間/ 10:00～12:00 問い合わせ: 44-3577

1月	2月	3月	場 所
13日(金)	3日(金)	2日(金)	ちくろ介護予防センター

詳しくは 南房総市社会福祉協議会 ☎44-3577

10月
より

三芳地域福祉センターの 事務所が移転しました

このたび、南房総市社会福祉協議会三芳地域福祉センターが下記の住所へ移転しました。

移転に伴い、市民の皆様にご迷惑をおかけいたしますがこれまでと変わらなご支援をいただきますよう、よろしくお願ひいたします。

◆〒294-0813 南房総市谷向 116-2 三芳保健福祉センター内
電話 36-2276 FAX 36-2261
(従来とかわりありません)

発行・編集

社会福祉法人
南房総市社会福祉協議会

本所 南房総市千倉町瀬戸 2705-6
☎44-3577 FAX 44-3542

- ◆富浦地域福祉センター ☎33-4565
- ◆富山地域福祉センター ☎57-2926
- ◆三芳地域福祉センター ☎36-2276
- ◆白浜地域福祉センター ☎30-5122
- ◆千倉地域福祉センター ☎44-3541
- ◆丸山地域福祉センター ☎46-2200
- ◆和田地域福祉センター ☎47-3390