

てんだあ 第22号

『てんだあ』とは英語で「やさしさ」という意味です。 2012年9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>



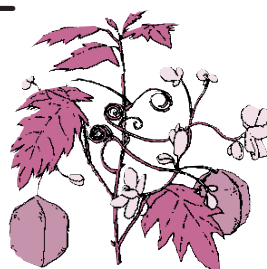
CONTENTS ~主な内容~

- 共同募金運動が始まります 2P
- 社協の無料サービス 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

はじめて作った太巻きに、みんな笑顔 ーシニアライフ講座ー

定年退職された方や南房総市に移住された方を中心に、これからの人生をさらに楽しく過ごしていただくために、シニアライフ講座「太巻き祭り寿司」づくりを開催しました。

今回は「サザエ太巻き寿司」にチャレンジ!



ふうせんかずら
はなことば：あなたとともに

10月1日
▼
12月31日

あなたのあたたかい募金は、あなたの町へ

共同募金運動が始まります!

赤い羽根共同募金
歳末たすけあい募金

赤い羽根共同募金は、身近でいきる募金です。

今年も10月1日より全国一斉に共同募金運動が始まります。地域の皆様から寄せられた募金は市内で支援を必要としている人のために、また住みよい地域をつくる活動に役立てられています。

南房総市においても、区長会を通じてお願いする戸別募金や、企業等や会社で働く人に呼びかける法人募金、職域募金、福祉教育の一環として行う学校募金、その他にも幅広く募金のご協力のお願いをしております。

共同募金は皆様のやさしさが地域でいきる募金ですので、どうか趣旨をご理解いただき、募金運動にご協力をお願いいたします。

戸別募金

区長さんを通じ、各ご家庭に募金のご協力をお願いします。



法人募金

企業や事業所に募金を呼びかけます。

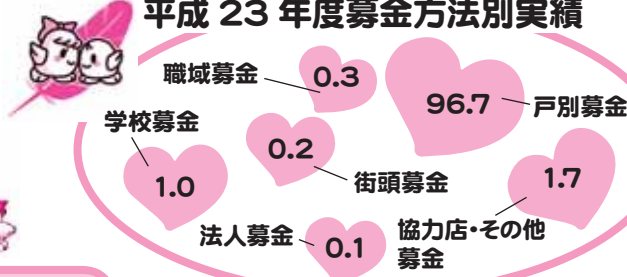
募金のしかた

職域募金

会社で働く人に職場での募金を呼びかけます。



平成 23 年度募金方法別実績



学校募金

福祉を学ぶきっかけに児童・生徒に募金のご協力をお願いします。



街頭募金

街頭で地域の方々へ募金を呼びかけます。



協力店募金

地域のお店や施設を利用する人に募金のご協力をお願いします。



まごころありがとうございました。

赤い羽根共同募金の流れ

皆様からご協力いただいた募金は、千葉県共同募金会に集まります。そして配分計画に基づき、市町村社会福祉協議会、福祉施設、福祉団体等へ配分されます。赤い羽根共同募金の約70%は南房総市の地域福祉を推進する活動のために、残り30%は県内の高齢者・障がい者施設への助成、大規模災害のための積立金、災害見舞金として使われています。また、歳末たすけあい募金は全額南房総市で支援を必要な方々のために活用されます。



皆様のあたたかいご協力で、次のような活動、事業に活用させていただいています。

南房総市内での活動

- 福祉機器のリサイクル
- 介護者のつどい
- 広報紙「てんだあ」の発行
- ホームページの運営
- 高齢者・障害者の外出支援車両の整備
- シニアボランティアの養成
- 結婚50周年記念品贈呈
- 福祉団体向けパソコン講座
- 児童福祉施設の支援



介護者のつどい



パソコン講座



シニアライブ講座

使いみちの詳細はこちら

千葉県内の活動にも活用させていただきます

- 県内の社会福祉団体活動に
- もしもの時に備えた災害準備金
- 民間団体への活動支援
- 社会福祉施設への整備支援

赤い羽根 |

検索

www.akaihane.or.jp

モバイルサイト



ケータイ・スマホにURLを送る



あったら便利!

社協の無料サービス

暮らしを応援♪

南房総市社会福祉協議会では、高齢者や障がい者(児)の社会参加の促進と日常生活を支援する目的で様々な無料サービスを実施しています。

その中で、今回は車イスのまま乗れる車両の貸出、車イスやベットの貸出、老人カーや杖のリサイクル事業について紹介します。

福祉車両貸出

例えば



車イスがないと外出できないの。
乗用車に乗せて病院に行くのが難しいんだけど...

車イスのまま乗れる軽車両(スロープ式)を無料で貸出します。

<利用できる方>

市内在住の日常生活において介護が必要な高齢者、心身障がい者(児)の方です。

<利用について>

利用期間は原則として1日です。使用した分の燃料を補給(自己負担)してお返してください。

(車種は各地域福祉センターにより異なります。また、事前に車両の空き状況をお問い合わせください。)



スロープから車イスのまま乗車できます

福祉機器貸出

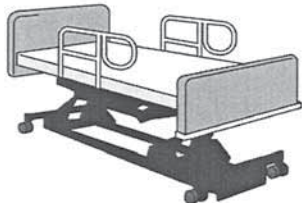
例えば



今度退院するけど、家にベッドがないよ。
どこかでベッド借りられないかな~

福祉機器を無料で貸出します。

①電動・ギャッジベッド ②車イス



電動・ギャッジベッド



車イス

<利用できる方>

市内在住の高齢者、障がい者(児)及び病気やケガをされた方で福祉機器の使用が必要と認められる方。ただし、要介護2以上の方は原則として介護給付によるレンタルをご利用ください。

<利用について>

おおむね6ヶ月以内とし、それ以後も継続利用を希望される場合は更新手続きをお願いします。搬入・搬出はご利用者様をお願いします。

福祉機器リサイクル

例えば



家に使っていない老人カーがあるわ。
誰か使わないかしら?

ご家庭で使わなくなった車イス等を譲り受け、それを整備・修理し必要とする方に無償で提供します。

①車イス ②杖 ③老人カー (歩行器を含む)

<利用できる方>

市内在住で在宅介護を必要とする方。

<利用について>

上記の機器を譲ってくれる方、または欲しい方は、お問い合わせの上、申請書の提出をお願いします。希望される方は事前に在庫をご確認ください。

機器の引き取り、故障、消耗に関する修理等は提供申込者でお願いします。 ボランティアさんがきれいにメンテナンス



老人カー



(問合せ先) 南房総市社会福祉協議会まで p8 参照

FUKUSI NEWS

福祉ニュース

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。

7月3日

みんなで元気に！介護予防♪

白浜地区社協
家庭介護予防教室

「ありさん あつまれ アエイウエオア」 はつきり読みエクササイズの1例です。この健口（けんこう）体操の効果は口を動かすことにより誤嚥を予防し肺炎にならないための大事な予防の1つです。

今回は南房総市健康支援課 石井保健師を講師に家庭介護予防教室を開催しました。

他にも、熱中症にならないためのアードバイスや、皆さんご存知の水戸黄門の音楽にのせて座つてできる体操をしました。

肩こりにも有効なこの体操。参加者も「こんなに簡単に体が軽くなるなら毎日やるわ♪」と話されていました。



水戸黄門の音楽にのせてイチ・ニ・イチ・ニ

7月25日

「じゃんけんぽん」

ゲームで大興奮！

富山地区 ふれあい交流



やった！じゃんけん勝ったよ！

地域のお年寄りとお鳩保育園の子供たちとの交流会をしました。この交流も今年で5回目になります。

当日は、子供たちの歌の発表にはじまり、一緒に手遊びをし、最後に全員で「すきやきじゃんけんゲーム」で盛り上がりました。子供たちとお年寄りを交えた7人家族を作り、家族一丸となつてじゃんけんをしてすき焼きカードを集めていくゲームに、みんな一喜一憂！。喜んだり、悔しかったり。子供たちの元気な姿や声援に、参加されたお年寄りも思わず 笑顔！笑顔！

時間を忘れ、みんなではしゃいだ楽しい交流会の一日となりました。

8月31日・9月1日

深呼吸で

心も身体もリラックス！

介護者のつどい

「介護中こそ息抜きを」をテーマに、NPO法人菜の花こころのケア支援隊、鈴木文子氏と高橋来緒氏を講師に開催しました。日頃自分のことは後回しにして目の前の介護に追われて頑張っている介護者の方々。ほんのひととき、少しでもリラックスできるようにと、スカーフや風呂敷を利用した素敵な簡単ブラウスづくりや、介護にも有効な心を安定させる、そつと身体に触れるタッピングタッチ、ストレスを解消し免疫効果を高める呼吸法の実践など教わりました。「家のタンスにしまつてあるスカーフでやってみようかな」「あまりよく眠れないから、深呼吸をやってみよう」と話されていた。「たまに自分の時間を持つことも大切だね、参加して良かった」との声もありました。

最後は、参加された皆さんで、ふれあい喫茶「なごみ」のお茶を飲みながら、日頃の介護の悩みや体験など話をして過ごされました。



やさしいタッピングでリラックス

FUKUSI NEWS

地域福祉フォーラム 各地区からのレポート

南房総市では、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」が今年も各地区で開催されています。

今回は、地域福祉フォーラムを立ち上げて3年目になる丸山地区、北三原地区そして2年目になる平群地区の活動状況の報告をします。

おたがいさまネットワーク まるやま設立へ

〈丸山地区地域福祉フォーラム〉



配付している「おたがいさまバッチ・ステッカー・医療救急キット」

地域福祉フォーラムを開催してきて、今地域で必要なこととして、地域の枠組みを超えてできるだけ多くの方たちが参加し、横のつながりづくりができることが地域の課題解決に結びつくのではないかとすることにまとまりました。そして、「おたがいさまネットワークまるやま」を設立し、みんながつながることで、みんなが安心できる地域を目指します。

現在は、地域でおたがいさまの関係（ネットワーク）をつくるためのきっかけづくりとして「おたがいさまバッチ・おたがいさまステッカー」「緊急医療情報キット」などを地域の方々に届け、地域ネットワーク拡大中です。

地域の「よさ」を活かした 活動を！

〈北三原地区地域福祉フォーラム〉

北三原地区では、地域の良さを活かし既存のボランティア組織を活用して、2つの専門部会、①ふれあい部会②安全安心部会を設置しました。今回は安全安心部会について報告します。

地区内の主要通学路（約6km区間）を2班に分けて、地元駐在所のご協力の下、委員により現地踏査を実施しました。

今回の現地踏査で危険な箇所等がみられたので、地域の子供たちの安全な通園・通学を願い、今後はPTAや学校を交えて話し合いを続けていきます。



危険な箇所を細かく確認

「平群いきいき見守り隊」訪問活動で聞き取り調査を実施

〈平群地区地域福祉フォーラム〉



お話はずみです

今年度は、地域の高齢者（化）について取り組み、「平群いきいき見守り隊」を結成しました。70歳以上の高齢者のお宅に訪問し、「困っていることや平群地域の良さ」を聞き取る訪問活動を実施しています。

訪問活動を通してニーズを把握するだけでなく、フォーラムを知ってもらおう！地域のつながりをもつ顔見知りになろう！と考えて活動しています。「こんにちは、お元気ですか？平群いきいき見守り隊です」笑顔とともに、地域の和が広がることを期待してフォーラムを進めています。また、この結果をもとに、さらに問題解決に向け話し合っていきます。

ボラ連丸山支部

地域一体となった、ボランティア活動！

リブ丸山納涼祭ボランティア

ボランティア連絡協議会丸山支部では、毎年恒例となった高齢者介護施設「リブ丸山」の納涼祭でボランティア活動をしました。

午前中に会場を設営し、夕方からは焼きそば、かき氷、子供たちに向けたイベントの模擬店などをリブ丸山のスタッフとともに行いました。

ボランティアとしての協力はもちろんですが、利用者やその家族、地域の方々、関係協力機関の方々との交流を深め地域一体となって盛り上げていこう！という目的もありました。地域の方々と顔を合わせながら活動でき、私たちもとても楽しませていただくことができました。



飲み物の注文
入りました～

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。

笑顔いっぱい・元気いっぱいです!!

毎週水曜日、和田コミュニティセンターで幼稚園年少から小学6年生までの子供たちが、キッズクラス・ジュニアクラスに分かれてレッスンをしています。エアロビクスを取り入れて、音楽に合わせて楽しく活動しています。

また、地域や福祉施設のイベントで発表する機会をいただいています。会場の皆さんに子供達の笑顔・元気をお届けできればと思っています。

**ボラ連和田支部
和田町キッズ/スミック**



メンバーは、キッズクラス13名・ジュニアクラス11名です。

社協の
ボランティア
養成講座

聴くことでできる♪「傾聴」 災害ボランティア講座



気持ちに耳を傾けて

「傾聴」とは、文字どおり相手の話に耳を傾け、聞くことです。今回は前回の基礎講座に引き続きNPO法人スピリッツの北田理事長を講師に、被災者支援活動として大変注目されている傾聴ボランティアについて講演いただきました。

また、演習では話し手・聞き手どちらにもなり、自分の話をするのが恥ずかしそうな話し手に、徐々にコツをつかんできた聞き手の参加者が和やかな雰囲気の中で傾聴を行っていました。

あっという間の時間でまだ物足りない！といった参加者の声も聞かれましたが、相手の心に寄り添いながら話を聴くことを学び、今後もぜひ実践していけるよう引き続き講座を開催していきたいと思います。



ホームヘルパーの ワンポイント 介護

ケアマネージャー編④
～認知症の方への接し方～

認知症の方でもその方の気持ちを大切に

認知症の進行とともに、徘徊が始まり介護が大変になったSさん。
介護保険サービスを利用しデイサービスの利用を始めました。
しかしSさんは利用日「自分の行くところではないよ!」と利用を拒否。
さて、どうしたものでしょう?



そこで
ワンポイント

**Sさんの気持ちを尊重し、趣味や生活歴を
考えお誘いしてみましょう。**



Sさんは、カラオケが大好きだったとのこと。
「今日はデイサービスでカラオケがあるみたいですよ!」とお誘
いしたところ「じゃあ、1曲歌って来ようかな」と楽しみにデイ
サービスに行っていたことができました。

サービスの利用に抵抗があったり、日常生活の中で抵抗
があった時、本人の気持ちを尊重した上で、趣味や興味
のあることなど振り返ってみましょう。もしかしたらすんなり
と受け入れてもらえるかもしれません。

問い合わせは

- 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

お知らせ

紙おむつを給付します

南房総市内に在住し、在宅で日常生活のほとん
どに介護を必要とする方に紙おむつを給付します。

○紙おむつ給付事業

対象者	① 1日中ベッド上で過ごされ日常のほとんどに 介護を要する要介護認定3・4・5の方
	② 身体障害者手帳1級・2級の方
	③ 精神障害者保健福祉手帳および療育手帳をお持ちの方
品目	紙おむつ 尿取りパット フラットタイプの内1品目

○高齢者介護用品支給事業

対象者	① 65歳以上で要介護4・5の方 ※前年度市民税非課税属する高齢者または介護者
	品目 紙おむつ 尿取りパット 紙パンツ ※1回あたり25,000円以内

申込期限/平成24年10月26日(金)まで

給付月/平成24年12月

申込先/南房総市社会福祉協議会各地域福祉センター

問合せ先/南房総市社会福祉協議会(本所)

44-3577

ご希望される場合は、お問い合わせの上、お近くの
地域福祉センターへお申し込み下さい。

ご案内

一度は打ってみたい…そば打ち体験 ～シニアライフ講座～

定年退職された方(迎える方)や南房総市に
移住されてきた方を対象に、これからのセカンド
ライフをもっと楽しく過ごすためのシニアライフ講
座を開催いたします。

今回は、男性はもちろん、人生一度は
打ってみたい「そば打ち体験」です。

※全3回の連続講座です。

★日程 11月 6日(火)
11月 20日(火)
12月 4日(火)

※全日とも午前9時から12時
★場所 三芳農村環境改善センター
★対象 市内にお住いの50歳以上の方で
全講座に参加できる方

★講師 中里ワークホーム 職員
★定員 15名

★参加費 各回1,000円(材料代)

★持ち物 エプロン・三角巾

★申込締切 平成24年10月26日(金)まで

★申込先 南房総市社会福祉協議会(本所)
☎44-3577

※そばアレルギーをお持ちの方はご遠慮ください



自分で打った
そばは格別です!

＊ 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24年6月～平成24年8月

郷づくりまるやま	28,102円	ひまわりキッズ&フルール	20,000円
〃	5kg新米券	山田敏明	10,000円
南房朝市組合	26,057円	大貫青年会	11,581円
(株)アスカ佛商	100,000円	匿名 4件	13,150円
(株)おどや千倉店	70,000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。

身近な

【ちょっといい話】

★ちりめん松ぼっくり飾りで癒し空間♪★



細かいちりめん細工

とみうら元気倶楽部に、ちりめん細工の素敵な松ぼっくりの置物があります。以前から飾ってあった大きな松ぼっくりに、内房商工会女性部富浦地区の方が、ちりめん細工でデコレーションしてくださいました。施設名のように元気になる場所にとの思いを込めて飾っています。

観光で訪れる方やお風呂を利用される方から「素敵な飾りですね♪」の声が寄せられています。ちりめん松ぼっくり飾りをきっかけに会話が広がり、ちょっとした癒しの空間になっています。

【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

10月	11月	12月	場 所
10日(水)	14日(水)	12日(水)	とみうら元気倶楽部
10日(水)	14日(水)	12日(水)	ちくら介護予防センター
12日(金)	12日(月)	14日(金)	富山公民館
17日(水)	21日(水)	19日(水)	白浜保健福祉センター
19日(金)	16日(金)	21日(金)	三芳保健福祉センター
22日(月)	20日(火)	6日(木)	丸山公民館
24日(水)	28日(水)	19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/13:30～16:00

予約・問い合わせ: 44-3577

開設日	場 所	事前予約受付
11月 7日(水)	白浜保健福祉センター	10月15日(月)
1月16日(水)	丸山公民館	12月17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

10月	11月	12月	場 所
5日(金)	2日(金)	7日(金)	ちくら介護予防センター

詳しくは 南房総市社会福祉協議会 ☎44-3577

編集後記

★今年の夏も例年のように暑い日々が続いていましたが、やっと涼しくなってきました。9月と言えば稲刈りシーズン! 早い場所では8月から稲刈りが始まっていますが、我が家の稲刈りも無事に終わり、新米を食べる季節! 今年のお米の出来具合はどうか…。(F)

★夏といえば…“ラジオ体操”ですよね♪

1日を元気に過ごしていこうと、職員で毎朝ラジオ体操を始めました。体がほぐれて気持ちいいんです。肩こりもちの人にも効果的! 朝の3分で1日元気に過ごしています。(H)

★今年の夏は熱(・・)かった! オリンピックに熱闘甲子園、そしてパラリンピック。一人一人の頑張っている姿に勇気と感動をもらいました。感動をありがとう! そしてお疲れ様です!(A)

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