

てんだあ 第30号

『てんだあ』とは英語で「やさしさ」という意味です。 2014年10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>



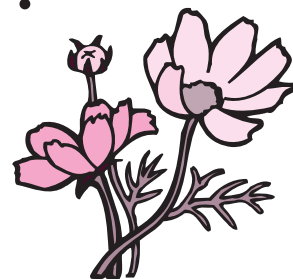
CONTENTS ~主な内容~

- 共同募金が始まります 2P
- 高齢者福祉サービス 3P
- 福祉ニュース・フォーラム 4P
- 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、お知らせ 8P

災害ボランティアセンター 立ち上げ訓練実施！

南房総市社協では、今回初めて「災害ボランティアセンター」の設置運営訓練を実施しました。

災害が発生した時に、被災者とボランティアをつなぐ役目を担うセンターの役割や機能について、大勢の参加者が体験しました。



コスモス
花言葉：乙女の真心

10月1日 ▼ 12月31日 南房総を良くするしくみ 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

今年も10月1日から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や、住みよい地域をつくる活動に役立てられています。

本会においても、戸別募金等の様々な方法で、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。

まちを **思う**

募金のしくみ

- **戸別募金**…………… 区長さんを通じ、各ご家庭にご協力をお願いします。
- **法人募金**…………… 企業や事業所に呼びかけます。
- **職域募金**…………… 会社で働く人に職場での募金を呼びかけます。
- **学校募金**…………… 福祉を学ぶきっかけに、児童・生徒にご協力をお願いします。
- **街頭募金**…………… 街頭で地域の方々へ呼びかけます。
- **協力店募金**…………… 地域のお店や施設を利用する人にご協力をお願いします。



戸別募金



街頭募金



協力店募金



学校募金

～平成25年度募金方法別実績～

学校募金
2%

戸別募金
96%

職域募金
個人募金
1%

1% 協力店・
その他募金

誰かの願いが **かなう**

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に、残りの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。

まちが **元気になる**

南房総市内での活動

- 高齢者・障がい者への外出支援車両の貸出・整備
- 福祉機器リサイクル
- 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
- 南房総市社会福祉大会
- 赤い羽根募金箱コンクール



介護者のつどい



福祉機器リサイクル



赤い羽根募金箱コンクール

千葉県内の活動にも活用させていただいています

- 高齢者・障がい者施設の整備支援
- 自殺、虐待、いじめ、引きこもり、不登校、ホームレス、DV等への取り組み
- 民間福祉団体等への活動支援
- もしものときに備えた災害準備金

皆様のやさしい気持ちは、
左記のような活動・事業に
活用させていただいています。

やさしい気持ちをありがとう
ございました。



赤い羽根 |

検索

モバイルサイト

☑ ➡ 📱
ケータイ・スマホに
URLを送る



www.akaihane.or.jp

特集 高齢者の在宅での生活を支援します！

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さまざまな事業を実施しています。

ここでは、その主なサービスをご紹介します。

ふれあいランチサービス (無料配食サービス)

70歳以上のひとり暮らし高齢者で希望する方に、ボランティアや民生児童委員が栄養のバランスを考えた昼食を毎月1回ご自宅までお届けし、地域の方々とのふれあいや健康状態・安否確認などをかねて訪問します。



おいしくな～れ！



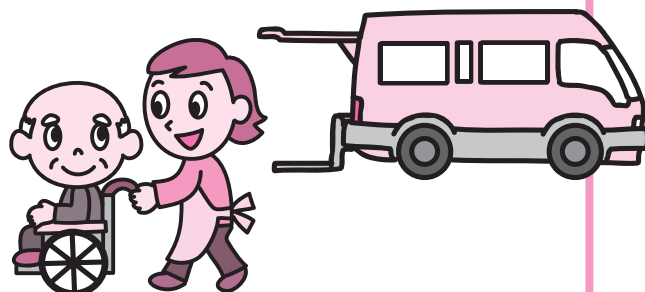
気持ちを込めて
作りました

移送サービス事業

過疎化が進んでいる南房総市においては、移動手段のない高齢の方や障がいを持つ方などの交通手段の確保が大きな問題となっています。

ひとりで電車やバスを利用することが難しい方へ、通院や買い物・地域行事への参加などの外出を、有償でお手伝いするサービスを実施しております。

ボランティアの運転協力者によるボランティア移送サービスと、ホームヘルパーによる外出支援サービスの2種類があります。



福祉車両の貸出

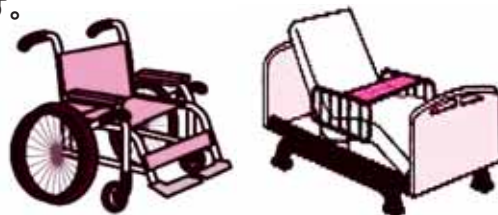
通院や買い物などの日常生活や地域の行事への参加のお手伝いとして、車いすに乗ったまま利用できる福祉車両を無料で貸し出します。



車いすのまま乗れます

福祉機器の貸出

加齢や障がい、疾病等により福祉機器を必要とする方にベッド、車いす等を無料で貸し出します。



詳しくは、社会福祉協議会(本所)又は、
お近くの地域福祉センターまでお問い合わせください。

FUKUSI NEWS

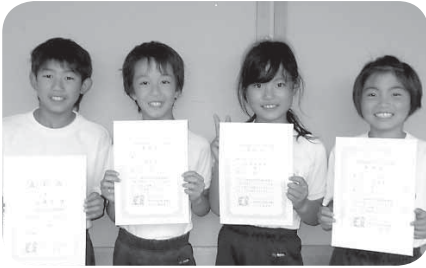
福祉ニュース

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。

6月17日

楽しかった グラウンドゴルフ大会

長尾地区社協二世代交流



私達、1位2位3位ホールインワン！



グラウンドゴルフって
楽しいね

長尾地区社協では、二世代交流として白浜小学校4年生35名と高齢者との混合チームを作り、総勢60名でグラウンドゴルフを楽しみました。天候にも恵まれ、はじめはよそよそしかったものの、次第に「〇〇さんすごい」「〇〇ちゃん頑張れ」の声がたくさん聞こえました。各ホールで熱戦が繰り広げられる中、なんと小学生の小谷蓮太君一人だけホールインワンができました。小学生と高齢者のみなさんの楽しい交流の場を、これからも大切にしていきたいです。

7月16日

見て・聞いて・体験して納得！

平群地区社協視察研修



落下物から頭を守ります！

千葉県西部防災センターへ視察研修に行ってきた。

災害が起きたらどう対処するかビデオ上映を通じて学習し、起震装置による関東大震災体験や風水害から身を守る為の方法、消火器・煙体験など防災についての知識と対応法を改めて学びました。参加した委員から「日ごろから災害について意識していないと！」「貴重な体験が出来た。何かあった時に、この体験を活かさない」といった声も聞かれ、防災について改めて意識と知識の向上を図る研修となりました。

東日本大震災から3年が過ぎ、防災意識が気薄になつてい

ます。そのような中、再度防災についての知識の向上と災害時の自主的な対応力を育てようと、14名の委員が

7月23日

家庭介護予防教室

白浜地区地域福祉フォーラム



発熱している時は、水分を多めに摂取しましょう

白浜中央医院院長鈴木季人（すずきすえと）先生を講師に招き、高齢者の栄養・食事・水分摂取について講演して頂きました。高齢者世帯の食事は、簡素で低栄養になりがちということで、食事や水分摂取は何をどれくらいとるのが、また、上手に減塩するためにはどのような調理法が良いのかなどの話があり、参加者は真剣に聞き入っており、有意義な講演会になりました。

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」を各地区で開催しています。今回は、白浜地区の活動状況をレポートします。

地域福祉フォーラムからのレポート

7月18日・8月1日

地域でイキイキ過すために開催しました

6月22日

地域でささえあうための

介助はじめての一步講座

高齢者の心と身体を理解を深め、自分・身近な人・地域のため、日々の生活に役立つ講座として、介助はじめての一步講座を開催しました。

1日目は、松永
医院医院長松永平
太先生に「高齢者
の頭・心と身体」
という内容の講演
と、高齢者疑似体
験を行いました。



最期はどこでむかえたいですか？

2日目は、亀田リハビリテーション室主任理学療法士佐伯考一氏による「日常の見守り、軽介助の留意点、移動についての基本」の講義と実技を行いました。

参加された方からは、「高齢の方の動作がゆっくりなことや、身体の重たいこと、見えづらい動きづらいことなど、高齢者の気持ちを理解することができた。今後の生活に生かし、自分のあり方や、



おもいやりの心が優しい介助につながるね

介助が必要になったらどうしたら良いのかがよくわかった」などの感想が聞かれました。

バランスの良い食事で 元気に過ごそう

介護者のつどい

日頃、在宅で介護されている方を対象に、三芳農村環境改善センターで介護者の集いを開催しました。

講師に、介護老人保健施設葵の園・南房総管理栄養士平泉和（ひらいずみのどか）氏を招き、身体に必要な栄養素、摂食、嚥下（飲みこみ）についてや、必要な水分量などを学びました。また、補助食品の試食も行いました。

参加者からは「食事のバランスや水分量など、食品サンプルなどを使っの講義は具体的でわかりやすかった。栄養バランスガイドは自分のためにもなった」と感想がありました。

交流会では、和やかな雰囲気の中、お互いの介護状況を話し、共感したり気分転換を図りました。

介護者のつどいは、情報交換をしたりリフレッシュを目的に開催しています。今後も開催していきますので、皆様どうぞご参加ください。



食事の大切さを再確認

8月28日・9月4日



書き方のコツを聞きます

今回のシニアライフ講座は、今注目されている「エンディングノート」の書き方講座を、市川市社協の川名成和氏を講師に招き、開催しました。『心の遺言ノート』を題材に、家族や大切な人への想いをメッセージとして残すことができ、病气や介護が必要になった時や、葬儀を行う時など家族が迷うことなく手助けできるようにと、考えられています。

「このノートを作成していくと、家族との会話が増えたり人生を振り返ることが出来たり、これからの人生をどう楽しんで生きていくかという前向きになれるノートですね」との感想も聞かれました。

シニアライフ講座
～エンディングノート編～

私の想いを繋いでくれる
笑顔のノート

ボランティアが活動をレポート

広がれ!

ボランティアネット和ーく

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。

8月18・19・20日

高齢者への理解を深め ボランティア体験! サマーボランティアスクール

今年も、市内の中学生を対象としたサマーボランティアスクールに16名の中学生が参加しました。

初日は、高齢者疑似体験と車いす体験、また、地域包括支援センターリブ丸山から講師を招き、認知症サポーター養成講座を実施し、高齢者への理解と身体状況について学びました。

翌日からは、それぞれ希望した施設へボランティア体験に向かいました。各施設職員による指導の下、利用者の話し相手や一緒に食事したり、レクリエーション、シーツ交換を体験しました。

参加した中学生からは、「始めは緊張したけれど、お年寄りの方が優しく接してくれて緊張がほぐれた」「将来、介護や看護の仕事に就きたい」などの感想が聞かれました。夏休みの貴重な体験が出来ました。



福祉施設にて高齢者とふれあいました

7月30日

～食事のバランスを考えて～ 目で見て楽しいお弁当 給食ボランティア研修会

ひとり暮らし高齢者の安否確認を目的とし、お弁当をお届けするふれあいランチサービスにご協力頂いているボランティアさんを対象に研修会を開催しました。

当日は37名の方が参加し、特別養護老人ホーム「伏姫の郷」の管理栄養士瀧口喜美子氏を講師に招き、お弁当メニューの調理実習と各地区のメニュー発表など意見交換と交流を図りました。

調理実習では、普段使う事の無い食材の「イノシシ」を使ったチャーシューを作り大好評でした。

各地区のメニュー発表では、講師から「季節の物を取り入れながら、栄養のバランスも考えられていて目で見て楽しめるお弁当が多くて、毎回食べるのが楽しみです」と感心されていました。

グループ内で活発な意見交換もあり、今後のお弁当作りに役立てたいとの声も聞かれ、有意義な研修会となりました。



美味しく出来るかしら♪

8月9日・9月6日

災害ボランティアセンター立ち上げ訓練実施 災害ボランティア講座

近年では、風水害等の災害が各地で発生しており、その際の災害復旧におけるボランティアの活動は大きな力となっています。南房総市社協では、災害が発生した時に支援を必要とする被災者とボランティアとをつなぐ「災害ボランティアセンター」



ボランティアに行く前には、マナーや安全についての説明を聞きます

の設置運営訓練を112名もの大勢の参加の中、三芳保健福祉センターで実施しました。

8月9日には、「災害ボランティアセンターの流れについて」と題し、災害時にセンターの設置について学び、南房総市赤十字奉仕団の協力でハイゼックス飯を使ったカレーの炊き出しも行いました。

9月6日の訓練当日は、事前研修をふまえ、災害が発生したと想定し、災害ボランティアセンターにどのように情報が届き、各セッション（部門）がどのように動くかなど、災害ボランティアセンターの機能と、それにたずさわる災害ボランティアの役割について体験しました。



大きな釜で一度に茹でられます!



ホームヘルパーの ワンポイント

かいGO 介護

服薬について

加齢に伴いいろいろな病気にかかり、たくさんのお薬を飲んでいると思います。
お薬はコップ1杯の水、又はぬるま湯で飲みましょう。



お薬を飲むコツは

薬が多い、苦い、喉に引っかかるなどで飲みづらい時には、ゼリーやアイスクリームを混ぜても良いでしょう。(こんにゃくゼリーは喉に詰まるので危険です!)市販の服薬ゼリーというのもあります。

飲みすぎや飲み忘れを防ぐためには、薬を分包化してもらい、カレンダーに貼ったり、市販されている「お薬カレンダー」を利用すると便利です。



お薬を飲む時の注意点

寝ながら飲むのは喉に引っかかりやすいので
身体を起こして飲ませましょう。

介護についてのご相談は
南房総市社会福祉協議会ケアプランセンターへ。

問い合わせは

- 南房総市社会福祉協議会
ホームヘルプサービス ☎29-5021
- 南房総市社会福祉協議会
ケアプランセンター ☎29-5022

お知らせ

県民福祉セミナー 「災害にも強い地域を作ろう」 参加者募集

- ◆日 時 平成26年11月24日(月・祝)
午前10時～午後3時30分
- ◆会 場 千葉県経営者会館6階大ホール
(千葉市中央区千葉港4-3)
- ◆内 容 講義Ⅰ「災害時要援護者支援の視点」
講師：佛教大学 福祉教育開発センター
専任講師 後藤 至功
講義Ⅱ「男女共同参画の視点から考える
地域防災」
講師：早稲田大学招聘研究員 浅野幸子
シンポジウム
「災害にも強い地域をつくろう」
千葉市総務局防災対策課長 飯田 正夫
岩手県災害福祉広域支援推進機構事務局
専門員 加藤 良太
佐倉市中志津自治会長 宮内 勲
- ◆定 員 200名(先着順)
- ◆参加費 無料
- ◆申込方法 11月16日までに千葉県男女共同参画
センターへ FAX で申込む。
FAX 043-252-8037
- ◆問合せ先 千葉県社会福祉協議会地域福祉推進班
TEL 043-245-1102
千葉県男女共同参画センター
TEL 043-252-8036

平成26年度 成年後見制度研修会

県民や福祉関係者を対象に、お笑い芸人との掛け
合いなどを通して、おもしろおかしく成年後見制度
の概要や職務を学び、制度の利用促進を図ります。

- ◆日 時 平成26年11月29日(土)
午後1時30分～午後4時
- ◆会 場 千葉市生涯学習センター
(JR 千葉駅東口北口から徒歩8分)
- ◆定 員 300名(申込先着順)
- ◆参加費 500円(資料代)
- ◆申込方法 申込書を FAX か E-mail で送信
(定員を超えた場合のみ連絡します)
- ◆締 切 平成26年11月20日(木) 必着
- ◆申込書 各社会福祉協議会、各市町村行政等
配布場所 千葉県社会福祉協議会、千葉市社会福祉協
議会、千葉司法書士会、千葉県社会福祉士
の HP からダウンロードできます。
- ◆申込・
問合せ先 千葉県社会福祉協議会
千葉県後見支援センター
TEL 043-204-6012
FAX 043-204-6013
E-mail
smile@chibakenshakyo.com

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26年6月～平成26年8月

上村光久
ひまわりキッズ&フルール

100,000 円
15,000 円

匿名 5 件

217,068 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。

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日中ベット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
	・身体障害者手帳1級・2級の方
	・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	・65歳以上で要介護4・5の方 ※要介護高齢者の属する世帯全員が前年度市民税非課税の世帯
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26年10月24日(金)まで

給付月/平成26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

問い合わせ先/南房総市社会福祉協議会(本所)

又は、お近くの地域福祉センターへ。

★10月から共同募金運動が始まります。皆様のやさしさが地域でいきる募金へのご協力、よろしくお願いいたします。(S)

★11月23日に和田の「やすらぎ」を会場に福祉まつりを開催します。皆さん、遊びに来てくださいね。(N)

★てんだあ、いつも読んで頂きありがとうございます。市内のHotな情報盛りだくさん!次号もお見逃しなく!(Y)

編集後記

みてみて!



facebook



twitter



【各種相談】

◆心配ごと相談 ～日頃の悩みや困りごととは～
時間/午後1時30分～午後4時

10月	11月	12月	場 所
8日(水)	12日(水)	10日(水)	とみうら元気倶楽部
8日(水)	12日(水)	10日(水)	ちくろ介護予防センターゆらり
10日(金)	14日(金)	12日(金)	富山公民館
15日(水)	19日(水)	17日(水)	白浜保健福祉センターはまゆう
17日(金)	21日(金)	19日(金)	三芳保健福祉センター
20日(月)	20日(木)	8日(月)	丸山公民館
22日(水)	26日(水)	17日(水)	和田地域福祉センターやすらぎ

◆無料法律相談 ～法律に関することでお悩みの方～
時間/午後1時～午後4時
予約・問い合わせ ☎44-3577

開設日	場 所	担 当
10月30日(木)	三芳保健福祉センター	弁 護 士
11月27日(木)	白浜保健福祉センターはまゆう	弁 護 士
12月25日(木)	富山公民館	司法書士

○事前予約申込: 随時電話にて予約を受け付けます。

○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/午前10時～正午 問い合わせ ☎44-3577

10月	11月	12月	場 所
3日(金)	7日(金)	5日(金)	ちくろ介護予防センターゆらり

○登録方法: 申込書の提出他、結婚を希望する本人と相談員の面接が必須となります。

詳しくは 南房総市社会福祉協議会 ☎44-3577

一 発行・編集 一

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 ㊚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