

大崎上島町 社協だより

No. 94

2011(平成23)年2月発行

〒725-0401 広島県豊田郡大崎上島町木江5-9
社会福祉法人 大崎上島町社会福祉協議会(TEL 62-1718)
ホームページ <http://www.syakyo.net/>



みんなの「できる」を形にしよう!



1月28日(金)木江保健福祉センターで「かみじまネット研修会」を開催しました。講師は、日本ボランティアコーディネーター協会代表理事、京都光華女子大学教授 妻鹿(めが)ふみ子氏。

研修は、ネットの協力員や地域の福祉活動に関心のある方に多数ご参加いただき、ささえあい活動の必要性を深めることができました。

ボランティア活動を始める **きっかけ** は、人から誘われたから・・・



当日、広島県社会福祉協議会の職員も応援に駆けつけてくれました。

この研修会は
共同募金配分金により
実施しました。





活動紹介

昨年10月、リニューアルした住民参加型福祉サービス「かみじまネット」は、日常生活のちょっとした困りごとのある利用者さんと、お手伝いできるよ～！という協力員（かみじまさん）と一緒に解決していく互助活動です。

今回、活動の一部を紹介いたします。



事例① ケアマネージャーからの相談

内容： 息子さんと二人暮らしのおばあちゃん、普段は週5回程、ディサービスを利用していましたが、骨折をしてしまいディサービスに行けなくなりました。

息子さんは、仕事に行かんや～ならんし、ヘルパーさんや、親戚の協力を受けながら、自宅療養の3日間 かみじまネットの協力員さんに「見守り」を手伝ってもらえないだろうか？

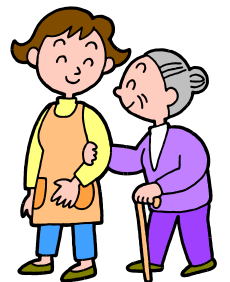
できれば明日から午前、午後と2時間ずつ助けてくれんじやろうか～？

社協： 相談を受けた時、明日からの午前、午後3日間、協力員（かみじまさん）が見つかるかどうか不安でした。すぐ登録協力員さんに電話をかけ事情を説明すると、

「ああいよいよ！」「いつでもいいよ」「じゃあ、明日と明後日私が行くよ～」と、
どの方も快くOK返事（^^） <ありがたい>

午前、午後と連携を取りながら、また気付きを次の方へ伝えながら
3日間6名の協力員さん（かみじまさん）により“見守り”をする事が
できました。 <お世話になりました>

息子さん： 協力員さん（かみじまさん）のおかげで助かりました。



事例② 二人暮らしの高齢者からの相談

相談： かみじまネットのことを人から聞いて電話しました。二人とも高齢で足が痛くてゴミ出しに困っています。ゴミステーションまで毎週誰か、ゴミを出してくれんじやろうか？

協力員： たまたま社協にこられていた協力員さん（かみじまさん）

「うちの近所の人じゃが。いいよ、私がゴミを出しに行つてあげるよ。」
と快く受けてくれました。（^^）

社協： かみじまネットを利用せずに、ご近所同士のお互い様活動につながりました。



協力員（かみじまさん）を募集しています！

かみじまネットに1月末現在、協力員として60名の登録をいただいています。
あなたの空いた時間をネット活動で、だれかの困ったに役立ててみませんか？



介護予防教室終了！

昨年10月より3ヶ月に渡り実施した介護予防教室（運動機能向上：6回
口腔機能向上：3回）が1月に終了しました。
寒さが厳しい中、参加者の方々は、各機能の向上に励まれました。



運動機能向上

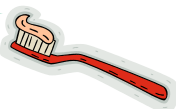
運動は一人だとなかなか継続できず、身体を動かさずにいると筋力が衰え、骨も脆くなり、心臓や肺の機能も弱くなります。

作業療法士の川崎先生から、運動の回数を増やすのではなく、基本の動作をゆっくり行うことを、みんなで実践しました。



参加者の声（アンケートより）

- * 歩くのが楽になった。
- * 夜よく眠れる。
- * 体がすかっとする。
- * 体が柔らかくなった。
- * 膝が伸びるようになった。



口腔機能向上

口腔（歯と口の中）ケアってとても大切です。
口の中が不衛生になると食べ物が美味しくなくなったり
人と話す機会も減ったり、やがて低栄養、認知症にもつ
ながりかねません。

歯科衛生士さんから、唾液腺マッサージ体操や口腔機能の低下防止の指導を受けました。



終了証書をもらいました！

参加者の声（アンケートより）

- * 唾液がよくでるようになった。
- * 歯ブラシをきちんと使うようになった。
- * 習った事を家でも実践している。
- * 歯グキを磨くようになった。
- * 歯磨き粉をあまり使わなくなった。

注!意

防ごう高齢者の消費者トラブル!

平成 22 年度 女性委員会 & 若手
女性若手委員会研修報告

近頃、高齢者を狙った悪徳商法の被害が急増しています。高齢者がこういった消費者トラブルにあわない、また被害にあった時の対処方法などについて消費生活相談員の天野真由美さんを講師にお迎えし、研修会を行いました。



消費者トラブルの相談先

竹原市消費生活相談室 ☎0846-22-6965
大崎上島町役場総務課 ☎65-3111
大崎上島町地域包括支援センター ☎67-0022

東野支部研修会



2月5日(土) 東野保健福祉センターにおいて、総勢180名の参加で研修会が開催されました。

第1部は、県立安芸津病院の健康出前講座『今からでも間に合う筋力維持～あなたの筋肉ねむっていませんか?』と題し、副院長後藤先生のお話と理学療法士外木先生と井原先生による筋肉をつける体操を教えてくださいました。

講座のポイント

- ・膝の痛みがでたら「正座を忘れて欲しい」
- ・人口関節の手術は、70才以降に!!
- ・膝の予防には太ももの筋力を付ける。

第2部の各老人クラブの方々による発表会では、唄、合奏、合唱に舞台と会場が一体となり、楽しいひとときを過ごす事ができました。



輪唱あり



三味線あり

私にもう少し考える時間をください！

認知症の方が心の中で、ささやいたことばです

少しゆっくり、しゃべってください。

たくさんの事をいっぺんに言わないでください

時間をかければ、考えたい、思い出したいこともできます。

一度に2つ以上の事を、考える事がむずかしくなりました。

出来る事もありますが、だめだめとやめさせないでください。

当り前にできていた、掃除、買い物にさえ、すごく精神的に疲れます。

◎ 認知症は、すべての事を忘れるわけではありません。

怒ったり、軽蔑したりする人には、表情がこわばり、やさしく接する人には、心をひらきます。だって、脳がすべてだめになったわけではありませんから。

認知症状を理解して、地域で安心して暮らせるよう、“やさしい空気の通う”地域づくりに、あなたも協力してください。

◎ 認知症にならないためには、閉じこもりを予防し脳を活性化させましょう。

◎ 「おかしいな？」と思ったら、早目の受診、早目の相談をしましょう。

《相談窓口・問い合わせ》



大崎上島町地域包括支援センター（担当：谷本 小松 石田）

大崎上島町木江5-9（木江保健福祉センター内） ☎67-0022

ご寄付 ありがとうございます

お寄せいただいたご寄付は、福祉のまちづくり推進のため、有効に活用させていただきます。
【平成23年1月11日～2月7日受付分】

【香典返し】

- ・東野 谷川 弘人 様 (故父 信保 様)
- ・ " 下平 靖弘 様 (故母 石田住江 様)
- ・ " 松浦 将秋 様 (故妻 雪子 様)
- ・ " 大亀 泰護 様 (故父 宏 様)
- ・ " 仁井 文子 様 (故夫 義秀 様)
- ・ " 山下 敏博 様 (故母 敦子 様)
- ・木江 村上 弘昭 様 (故母 チエコ 様)
- ・沖浦 大下 慎吾 様 (故父 領総 様)
- ・ " 原田 秀数 様 (故妻 由美子 様)
- ・原田 樽本 孝博 様 (故母 カツエ 様)
- ・大串 宇郷 博 様 (故妻 ヤエ子 様)

【香典返し】

- ・中野 高橋 澄恵 様 (故夫 光男 様)
- ・ " 高田 充 様 (故祖母 ミサエ 様)
- ・ " 土本 博 様 (故母 小百合 様)
- ・ " 花岡 英徳 様 (故父 一馬 様)
- ・千葉県 岡 孝治 様 (故叔母 福本ヨシエ 様)
- ・熊本市 岡田 剛 様 (故父 正人 様)

【一般寄附】

- ・中野 土本 博 様 (外出支援等のお礼)
- ・東野 駒居 恵美子 様
- ・匿名 (1名様)



お知らせ

在宅介護者家族会 ～3月定例会のご案内～

介護されている方ならどなたでも参加できます

日時 平成23年3月11日 (金)
午前10時～11時30分
場所 大崎老人福祉センター
2階集会室
内容 平成23年度活動計画



赤い羽根共同募金にご協力ありがとうございました!!

一人ひとりのちからは小さくても

たくさん集まると **大** きなちからになりました。

昨年10月1日～12月31日の期間「じぶんの町をよくするしくみ」をスローガンに「平成22年度 赤い羽根共同募金活動」を行いました。

大崎上島町でも、各世帯・企業・商店・小中高等学校・幼稚園・保育園等々、いろいろな方法で募金活動にご協力いただきました。

募金の総額2,735,808円は、広島県共同募金会へ送金いたしましたので、お礼かたがたご報告いたします。

平成22年度 赤い羽根募金活動実績

募金種別	金額
戸別募金	1,782,151 円
法人募金	422,000 円
大口募金	84,000 円
学校募金	92,419 円
職域募金	282,000 円
店頭募金	73,238 円
合計	2,735,808 円

募金のつかいみちはこちらで検索できます→ <http://hanett.akaihane.or.jp>