

大崎上島町 社協だより

No.138

2014(平成26)年10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 0846-62-1718)
ホームページ <http://www.syakyo.net/>



知っておきたい成年後見制度

～住み慣れた場所で

安心して暮らせる地域づくり～

成年後見セミナーに105名のご参加を
いただきました

平成26年10月7日、大崎上島開発総合センターで講師に谷川社会福祉士事務所の谷川ひとみ氏をお迎えして「成年後見セミナー」を開催しました。

成年後見制度は、認知症や知的障害、精神障害などによって、判断力に不安がある方などを、その人が自分らしい生活を続けていくことができるように援助することを目的としています。



セミナーでは成年後見制度のほか、社協が行っている「福祉サービス利用援助事業(かけはし)」の説明も行いました。

参加された方から「自分の事として考えてみたい」「制度のことをほとんど知らなかったので勉強になった」といった声が聞かれました。



成年後見セミナーには共同募金財源が活用されています



こんにちは！！ ボランティアさん♪ 第4弾！

地域で活躍中のボランティアさんにスポットを当てて、ボランティア活動を紹介します。
一緒に楽しんだり、誰かの役にたったり、時間を有効に使ったりと気軽に楽しく始めるコツを教えてくださいました！



よってみんさい屋大串ボランティア 玉田ミサヨさん 宇郷 唯子さん (大串区)

Q 1. ボランティア活動をはじめたきっかけは？

A レッドレディースボランティアグループに誘われたこと。ひとり暮らしになって、いろんな人と話をする場に出てきたのがきっかけだった。憩いの場や心の安らぎを得られる場を自分のためにも参加した。

Q 2. ボランティア活動の魅力は？

A 一回り以上違う人生の先輩たちの話を聞いて、暮らしぶりを教えてもらうことで勇気をもらえること。いろんな人の生き様に触れることで、心が豊かになり、頑張ろうと前向きになること。

Q 3. ボランティア活動を考えているみなさんにひとこと

A 自分の特技（お花）などを活かした活動でみんなが喜んでくれる。昔やってみたかったことや、好きだったことなどみんなと一緒に出来るのがいいです。

白水いきいき健康体操グループ (白水区)



Q 1. ボランティア活動をはじめたきっかけは？

A いきいき健康体操教室と一緒に卒業したグループで、個人が家で続けるのは大変だけど、みんなで集まってやるのなら出来るということで、みんなで準備しながら続けることになりました。

Q 2. ボランティア活動の魅力は？

A いろんな人と情報交換が出来ること。近所以外の普段会わない人とも話が出るので楽しいです。お互いに誘いあいながら参加できていることはありがたいことです。

Q 3. ボランティア活動を考えているみなさんにひとこと

A 特別なことをするのではなくて、自分たちがやりたいことを自然に続けられるように無理をしないこと。みんなで楽しめるというのも大切でリフレッシュにもなりますよ。



まめになろう会 体操ボランティアスタッフ 西本 イツコさん (三里浜区)

Q 1. ボランティア活動をはじめたきっかけは？

A 近所の人が集まっておしゃべりしたりする場所があり、みんなで集まれるような活用してほしいという話がきっかけ。ストレッチ教室に参加していたので、習ったことを活かして体操の先生を頼まれたから。

Q 2. ボランティア活動の魅力は？

A 人前でしゃべることも増えたので、ためになることはメモをとったりするようになり視野も広がって楽しくなっていること。いろんな人が協力してくれて助けてくれます。

Q 3. ボランティア活動を考えているみなさんにひとこと

A 車の運転は難しく遠くの体操教室には参加できない近所の人とも体操ができるといいね、の一声がきっかけでお茶飲み話が相談になり、社協の協力も得て、自分たちで出来るようになりました。

9月4日(木)に大崎上島開発総合センターで、9月5日(金)は東野保健福祉センターで高齢者総合教室を開催しました。高齢期を元気に過ごすには、「食事・運動・心の健康」のバランスが大切です。今年も食生活推進員さんに料理を、平本幸三氏に運動の指導をいただき、会員同士の親睦も深めることができました。



- ① 肉や魚をあまい食べなくなった。
- ② 食欲がわかなくなった。
- ③ 食べるものが偏りがちになった。

①～③に該当する項目はありませんか？
こんな状態が続くと **低栄養** につながりますよ。

今年もみんなで料理をつくり、お喋りをしながら食べました。ぜひ！作る楽しみ、食べる楽しみを自宅でやってみませんか？

タオルを使っての体操や、氷川きよしの「きよしのズンドコ節」を歌いながらエアロビクスを。「ワハハハ」と大声をだして笑い、心のリフレッシュもできました。



広島県大雨災害義援金を参加者の方々からいただきました。お預かりしたお金は日本赤十字社に送金いたしました。「ありがとうございました。」



秋の風に癒されて

参加者募集



介護者家族会

リフレッシュ交流開催

介護者どうして、このひと時を、楽しんでみませんか？
心身のリフレッシュを目的とした小旅行を企画しました。



1. 開催日 平成26年11月14日(第2金曜日)

2. 行き先 世羅ゆり園／せらワイナリー（昼食）／道の駅・甲山いきいき村

【せらワイナリー】は、せら産のブドウを使うワイナリー、ショップ、地元の食材を使ったレストラン、せらの特産品と新鮮食材の夢高原市場など、食事やショッピング、醸造見学等が楽しめる公園です。

3. 対象者 町内に住んでいる方を介護している方

※バスの都合により、24名様までとします。

※気候(花の開花)により、行程が変わる場合があります。

ご了承ください。



4. 負担金 ※当日集めます。

3,000円(昼食代約1,620円・世羅ゆり園入場料800円・フェリー代約690円)

5. 締切 平成26年10月31日(金)正午までです。

6. 申込先 地域包括支援センター：Tel67-0022へお申込みください。

行程

社協大崎支所～垂水港～フェリー～竹原港＝フライトロード＝世羅ゆり園＝せらワイナリー（昼食）

8：30 8：55 9：20 10：20～11：20 11：40～13：20

＝道の駅・甲山いきいき村＝竹原発～フェリー～垂水港・解散（社協大崎支所）

14：00～14：40 16：00 16：25 16：40

みなさんと一緒に 住みやすいまちをつくります！

地域包括支援センター（略称＝ほうかつ）

老化させない暮らし方をするためには、どうしたら

いいのでしょうか？

2. 元気をとりもどしたい人へ、寝たきり防止とQOL向上を！

生活機能の改善と再発防止！

気兼ねのない家のなかにはばかりいると身体機能が低下するだけでなく、うつ状態や認知症につながります。心と身体が確実に衰えていく閉じこもりを解消することが大切です。

今日から始める！

- 会話する … 人と会う、話す時間を積極的にもつ
- 家族や友人に協力を … 温かい声かけがあれば行動につながります
- 家や社会で役割を … 調理や洗濯、掃除など、自分にできることを引き受ける

ほっとこーなー

○ 認知症はもはや他人ごとではありません

認知症高齢者数は 280 万人、10 年後には 470 万人に及ぶと推計されています。（65 歳以上の方の約 10 人に 1 人が、85 歳以上の 4 人に 1 人が認知症になるということに…。）

○ 「閉じこもり」になってしまうには理由がある

閉じこもりの 3 つの要因として、身体的・心理的・環境的要因がある。（例えば、下肢の痛み、転倒の不安、集団活動への不参加…など。）



《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：藤原 小松 田原）

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した

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26年9月11日～10月7日お申し出分】

【香典返し】

- ・中野 山本 敏雄 様 (故母 光江 様)
- ・中野 平本 幸三 様 (故母 芳枝 様)
- ・中野 國光 静香 様 (故夫 好和 様)
- ・中野 山根 政美 様 (故母 則直 光栄様)
- ・中野 小田 博 様 (故父 清 様)
- ・大串 砂田 光幸 様 (故母 八重子様)
- ・木江 伊藤 美佐子様 (故夫 正雄 様)
- ・木江 渡辺 チヨコ様 (故母 中島 アキノ様)
- ・木江 御堂 典子 様 (故叔母 富子 様)
- ・沖浦 岡本 春記 様 (故母 リキヨ様)
- ・東野 吉田 八重 様 (故夫 哲也 様)

【香典返し】

- ・福山市 小川 文也 様 (故義母 竹本 タクヨ様)

【生前のお礼】

- ・木江 川口 定男 様 (故妻 アキミ様)
- ・明石 橋本 照美 様 (故妹 由喜美様)
- ・明石 須賀 義哉 様 (故母 ウメコ様)

【一般寄付】

- ・木江 渡辺 チヨコ様 (外出支援のお礼)
- ・沖浦 神本 正則 様 (外出支援のお礼)
- ・東京都 末田 亮介 様
- ・匿名 (4名様)



おしらせ

“家族会”は知恵の宝庫
介護者家族会
～リフレッシュ交流～

11月はリフレッシュ交流で小旅行を計画しています。

開催日 平成26年11月14日(金)

行き先 世羅ゆり園／せらワイナリー道の駅・甲山いきいき村

※詳しくは本誌内に掲載しておりますのでご覧ください。

認知症の人と家族の会

～11月定例会のご案内～

日時 平成26年11月28日(金)
午前10時～11時30分

場所 大崎上島開発総合センター
研修室

内容 認知症の主な事故原因と対策
(ベッド・階段・異食・自傷行為)

対象者 認知症状がある方、在宅で介護をされている方



ふくし相談会

日時 平成26年11月4日(火)
午後1時30分～2時30分(受付)

場所 東野保健福祉センター

内容 介護保険の利用・内容など福祉
に関する相談

対象者 大崎上島町にお住まいの方