

大崎上島町 社協だより

No.139

2014(平成26)年11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/>



ふくしのまちづくりのつどい

『お互いさまの地域は災害にも強い』

～地域のつながりで暮らしを守る～



平成26年11月1日(土)ホール神峰で、第3回「大崎上島町ふくしのまちづくりのつどい」を開催し320名のご参加をいただきました。

式典では、地域福祉功労者に対し社協会長より感謝状の贈呈をおこない、続く第2部では萩市社会福祉協議会の山本真琴さんをお迎えし、昨年発生した萩市の豪雨災害後の取り組みから見てきた「地域のつながりが地域を支える」ことについて基調講演を、また第3部では、8月に発生した広島市大雨土砂災害の被災地で実際にボランティア活動等をおこなった町民の方から活動報告をいただき、まちづくりを考えるよい機会となりました。

— ふくしのまちづくりのつどい —

基調講演

「被災地から見てきた地域のつながり、住民の力」

今回、萩市社会福祉協議会の山本真琴さんを講師にお招きし、山口島根豪雨災害からの被災地支援の取り組みについて講演していただきました。

今まで経験したことのない大災害からの復興には、泥かきなどを行う各地から集まったボランティアの方たちの力に加えて、地域の様子が分かり、案内ができる地元の方たちや、ボランティアに来られた方を出迎えて、タオルを手渡しするなどのおもてなしをした地元の小中学生たちの「**地域住民の力**」が**不可欠**であることが挙げられました。

被災地の復興には、泥かきなどの力仕事ができる人だけが活動するものではなく、**できる人ができることをする**ことが大切です。

災害時だけではなく、安心・安全に暮らすためには **日頃からの地域の支え合い、つながり** が大切になります。



災害が起こった時、警察や消防がすぐに来てくれるとは限りません。まずは自分の身は自分で守ることを考え、次に近隣住民が互いに助け合えるよう、地域住民主体で命と暮らしを守る仕組み作りをしていくことが災害にも強いまちづくりにつながります。

活動発表

今年8月に起こった広島大雨土砂災害ボランティア活動の発表を3名の方に、コーディネーターは基調講演に続き、萩市社会福祉協議会の山本さんにしていただきました。



森田和志さん

初めて災害ボランティア活動に参加し、民家の土砂を掻き出す作業を行いました。参加したのは平日でしたが、たくさんのボランティアが駆けつけられていました。現場へ向かう時に道に迷ったり、土砂を掻く作業は大変でしたが、少しは被災された方の助けになったと思うので、参加して良かったです。

災害ボランティア活動を通して感じたことは、土砂を掻くだけがボランティアではないということです。ボランティアセンターの運営の手伝いや、道案内をしてくれる方など、色々なボランティアがいました。自分自身で何ができるかを考えて行動に移すことが大切だと思います。



井田智絵さん



大崎上島町社協
円光 歩

ボランティアセンターの運営支援を通して、被災者の想いに寄り添いながら、地域のボランティアさんと一緒にやっていくことの重要性を感じました。特別なことではなく、「私たちの地域は、私たちから支え合おう」という気持ちで、出来ることを出し合うことから地域づくりの第一歩ははじまります！

老人クラブ連合会だより

第11回グラウンド・ゴルフ大会

10月23日(木)、シーパーク大串で老人クラブ会員159名(27チーム)が、青空の下、秋を感じながら大会に望みました。

年々グラウンド・ゴルフ愛好者が増加傾向で、待ちに待ったこの日を、和気あいあいと楽しんだり、上位を目指してプレーをされる方もいました。



「自分なりのスタイルでホールポストへ。・・・さあ！結果はどうだったのでしょう～」



優勝記念に
はいパチリ



◎※団体成績

- 優勝 白水長命会MCチーム
- 2位 白水長命会Aチーム
- 3位 厚年Aチーム

※個人成績

- 優勝 宮本政行さん
- 2位 楠木孝三さん
- 3位 岡田健治さん

長田さん夫婦
仲良く参加です





サロンでバスの乗り方教室開催

今回は、大崎上島町公共交通連携協議会・さんようバスさんによるバスの乗り方教室をふれあいサロンで開催しました！

誰もがいつか車の運転が難しくなり、買い物や通院などちょっとしたことでバスを利用することが増えると思います。これからの島暮らしをみんなで楽しくするバスの活用方法を勉強しました。



自分に合った時刻表を作って、買い物や病院への通院に使ってください。島ではどこでも乗り降りができます！



「私らの近所から病院に行くには、どの便がええんかね。」
「手すりもあるし、ステップが出るけん乗りやすいね！」

ひとりより、みんなで！

しんどくなる前に、楽しみながら

みんなで一度試しに乗ってみませんか？

さあ、島の巡回バスツアーに行ってみよう！



ボランティアきっかけ講座

第2弾 100名を超えて大盛況！！

新しいことばかりよりも、
みんなが知ってることを使って
楽しくレクをアレンジしましょう！
遊びながら相手を大切に。

レクリエーション講座

11月7(金) 東野保健福祉センター
NPO法人 ひろしまレクリエーション協会
講師 山野 節子氏



指折り数えて、笑顔あふれるゲーム



リンゴの皮むきゲーム
歌いながらむぐんよ♪
誰のが長いかね？



はじめまして♪
グループに集まるゲーム



ボランティアきっかけ講座第3弾もこうご期待♪

～介護予防事業～

前期 足元いきいき健口教室が修了しました

6月3日から15回シリーズで開催した介護予防教室。参加者のみなさん、ほとんど休むことなく、自分の目標に向かって熱心に参加されました。

★介護予防とは、高齢者の方が心身とも健康で生きがいのある生活を送っていただくための取り組みです。

いつまでも元気に暮らしたいね



毎回、看護師さんによる健康チェック



作業療法士さんから個人に合った運動メニューを作成していただきます。



いつまでも！自分で歩けるように、運動にも力が入ります。



ペットボトルを使って筋肉トレーニング。買い物の荷物も楽に持てるようになりたい！



歯科衛生士による、お口のチェック



みんなで力を合わせて調理実習

筋肉・骨・関節などの運動器の機能が低下することによって日常生活の動作が困難な状態になります。運動習慣を身につけて、筋力の維持・向上を目指しましょう。



参加者とスタッフで楽しい交流会♪



お疲れさまでした！これからも健康維持に努めてください。

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？

3. 今は元気な人も、少し健康が心配な人も、日々の「生活」と「環境」と「習慣」を整える！

将来を見据えて暮らしをどう変えていくかを考え、できることから始めていくことが大切です！

今だから始めよう！

・生活を整える

例えば、行くところがある、用がある、という生活に。

・環境を整える

例えば、気になるところに手すり、転ばない家に。

・習慣を整える

例えば、散歩、買い物など、週1回以上は外出を。

ほっとこーなー

健康な老後のためになにから始める？（セルフチェック）

自立生活ができているか？

Q1 きちんと「食事」ができているか？

Q2 気持ちよく「排泄」ができているか？

Q3 安心して「入浴」ができているか？

→今はできている ひとりでも大丈夫！

これからもできる限り自立生活をするために、「生活」「環境」「習慣」を整えることから始めましょう。

→できていない ひとりじゃ不安！

専門家に相談しましょう。



《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：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26年10月8日～11月7日お申し出分】

【香典返し】

- ・木江 松本 浩敬 様 (故父 敬里 様)
- ・木江 長尾 春創 様 (故母 珠美 様)
- ・沖浦 脇田 照彦 様 (故妻 キン子様)
- ・原田 畝本 尚己 様 (故母 哲子 様)
- ・原田 井上 好文 様 (故母 ハツエ様)

【香典返し】

- ・原田 越田 金夫 様 (故母 艶子 様)
- ・東野 田中 康文 様 (故長男 翔 様)

【一般寄付】

- ・東野 望月 美智子様 (外出支援のお礼)
- ・匿名 (1名様)

お知らせ

シニアカー 体験利用の お知らせ

この度、住民の方から社会福祉協議会へ「シニアカー」のご寄付をいただきました。



シニアカーの購入やレンタルを考えておられる方に体験利用として短期間（1週～数週間程度）の貸出を行います。

購入等の前に体験利用をお勧めします。

“家族会”は知恵の宝庫

介護者家族会

～12月定例会のご案内～

日時 平成26年12月12日（金）
午前10時～11時30分

場所 大崎老人福祉センター

内容 介護を始めたら知っておきたい制度について

対象者 大崎上島町にお住いの方

認知症の人と家族の会

～12月定例会のご案内～

日時 平成26年12月19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1

内容 認知症の方や介護をされている方にどのように寄り添うか

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12月2日（火）
午後1時30分～2時30分（受付）

場所 明石会館

内容 介護保険の利用・内容など福祉に関する相談

対象者 大崎上島町にお住いの方