

# 大崎上島町 社協だより

No.137

2014(平成26)年9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/>



## 島の暮らしを支える つながりづくり

平成20年度から推進している地域づくり会議（小地域福祉活動推進事業）、今年度は岩白区と三里浜区の2地区で開催しています。

会議に参加されている住民の方から、地域の現状について意見を出し合う中で、あらためて地域の良さや課題について気づく機会が出来たという声も聞こえてきました。

会議も終盤に差し掛かかり、今後は地域で何ができるか話し合っていく予定です。

こんにちは!!!  
ボランティアさん♪  
第3弾!

### 岩白地域づくり 会議

こちらへの商店の前とかお大師さんの前は人が集まってるいろんな話しょうるよね。ベンチとか縁台があれば、座ったりして話も出来るし人が集まるんじゃないだろうか。

### 三里浜地域づくり 会議

地域の人らで声掛けし合うのがええよの。あの人は知らんで、じゃあ寂しいわい。この家は息子や娘らとも連携が出来とるよ。



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！



外出支援運転ボランティア たにぐち いずみ 谷口 泉さん (大田区)

### Q 1. ボランティア活動をはじめたきっかけは？

A 福祉関係の仕事に勤めていたので、ボランティア活動について興味もっていた。退職後は地域の役をする中で、社協との接点ができ、職員さんに誘われたのが良いきっかけで活動することになりました。

### Q 2. ボランティア活動の魅力は？

A 一度きりではなく、繰り返し関わることも出来るのでいろんな話をしながら人間関係が出来ていくのは楽しいです。頼りにされて、役に立っていると実感もあるのでやりがいがあります。

### 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 ボランティアという敷居が高く感じるかもしれませんが、本当はそんなに高くないです。誰かに勧められた時などは、あまりかまわずにやってみるという形で飛び込んでみると良いです。背中を押してくれる人や引っ張ってくれる人は意外と周りにいるものです。

サロンスタッフボランティア くらみつ よしこ 倉光 克子さん (本郷区)



### Q 1. ボランティア活動をはじめたきっかけは？

A ボランティアの研修に参加したのがきっかけで関わることになりました。研修で学んだ家事援助や調理など自分にも出来ることならと思いはじめました。

### Q 2. ボランティア活動の魅力は？

A 気負わずに自分の得意なことが出来ること。私の場合は料理だったので、いろんな郷土料理（大平やもぶりご飯）などを教えられたり、教えたりと楽しみながら料理も上手になったこと。

### 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 自然にやればいいので、自分のタイミングではじめたらいいと思います。友達と集まって話をしたり、一緒に何かしたりするのは楽しみと息抜きにもなるので月に1度位はちょうどいいですよ。



かみじまネットボランティア たかはし みつあき 高橋 光昭さん (本浜区)

### Q 1. ボランティア活動をはじめたきっかけは？

A 退職したら何か人と関わることをしようと考えていた。それに、自分の親も近所の方に見守られながら通院していたので、自分にもできることはあるかもしれないと思いはじめました。

### Q 2. ボランティア活動の魅力は？

A 「体を動かすこと」と「人と関わること」が好きな自分にとって、いろんな人に会っていろんな話が出るボランティアは新しい発見もあって楽しみながら、元気をもらえること。

### 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 気になることがあれば、動いてみるといいです。小さなことでも普段からいろんな人に声をかけていけば、身の回りに出来ることがたくさんあることに気が付きます。あとはやるだけ！



# すまいる一む活躍中

すまいる一むとは、社会福祉協議会大崎支所（産業会館内）にある誰でも自由に使える部屋です。月曜日から金曜日の9時から17時まで予約不要でゆっくりとお使いいただけます。お茶を飲みながらおしゃべりしたり、趣味のサークル活動、サロンなど歓迎しています！



手芸グループ

月に数回、手芸が好きなグループで、都合のいい時に集まって手芸を楽しんでいます。

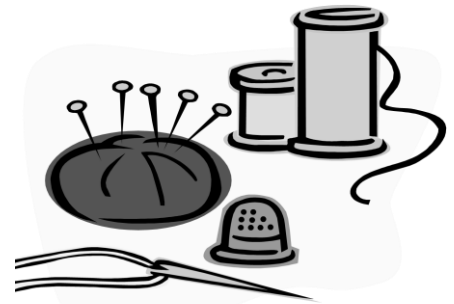
おしゃべりしながら手を動かすのはとっても楽しいよ！



よってみんない屋 中野

このように、サークル活動、仲良しグループのお茶会、打ち合わせなど使い方はいろいろ出来ます！

また、社協では近所にサロンがあったらいいな♪もお手伝いします！気軽にご相談ください 社協☎62-1718



手芸作品

よってみんない屋中野のみなさんで毎週火曜日はだれでも参加できるサロンを開催しています！第一火曜日はみんなでカレーを食べたり、おしゃべりをしたり、わいわい楽しんでいます☆

是非、一度お立ち寄りください♪



手芸作品

# 身体障害者福祉協議会だより

# 第10回障がい者スポーツ大会開催

7月21日(月)ふれあいホール大崎(中電ホール)で、身体障害者福祉協議会、わかばの会、来賓、スタッフの総勢85名が集まりスポーツを通じて親睦を図りました。



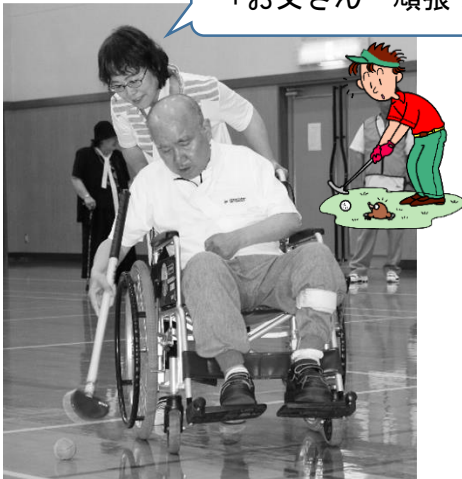
※じゃんけんリレー競争※



「がんばれ」



「お父さん 頑張って」



※ホールインワンゴルフ※



「はいったぞ。」

※フライングディスク※



「みんなでいい汗かいたのお」

広島市北部を中心としたこのたびの大雨により被害を受けられた皆様に、謹んでお見舞い申し上げます。亡くなられた方々に衷心よりお悔み申し上げますとともに一日も早い復旧を心よりお祈り申し上げます。



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？

1. 今はまだまだ元気なあなたへ、健康作りと予防を！

### 健康寿命を伸ばす！

平均寿命をのばすだけでなく、健康に日常生活が送れる「**健康寿命**」を延ばし、平均寿命と健康寿命の差を短縮することを目標にしましょう！

今日から始める！

- ・運動をする … ウォーキングなどで、運動習慣を身につける
- ・口腔ケア … おいしく食べるためにお口の手入れをする
- ・バランスのいい食事 … 健康状態にあった食事にする



#### ほっこりな一

○平均寿命と健康寿命の差は？

男性：平均寿命（79.55）－健康寿命（70.42）＝**9.13年**。

女性：平均寿命（86.30）－健康寿命（73.62）＝**12.68年**。

○要支援・要介護の主な原因は？

1位：脳卒中、2位：認知症、3位：高齢による衰弱・老衰。

○要介護状態になりやすい疾患の5位は骨折・転倒です。年々増えつつある

「大腿骨頸部骨折」とはどの部位？

太ももの付け根。

《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8月6日～9月10日お申し出分】

## 【香典返し】

- ・ 沖浦 植田 博夫 様 (故母 ノブエ様)
- ・ 明石 松見 洋子 様 (故母 アキエ様)
- ・ 中野 笹原 正和 様 (故父 繁 様)
- ・ 中野 熊佐 美和 様 (故夫 公德 様)
- ・ 東野 北村満寿美 様 (故叔母 邦子 様)

## 【生前のお礼】

- ・ 明石 湊 迪夫 様 (故母 壽子 様)

## 【一般寄付】

- ・ 東野 松浦 坂子 様 (外出支援のお礼)
- ・ 匿名 (6名様)



## お知らせ

平成26年度

### 「地域テーマ募金」の募集について

地域で起きているタイムリーな課題など、地域で解決しようとする活動に対して、地域住民に限らず広く全国から募金にご協力をいただき活動を実施する「地域テーマ募金」を募集します。広島県共同募金会が実施主体となりますが、集まった募金は事業を実施する団体へ全額渡されますので希望する団体等は応募してください。

なお、公募の最終締め切りは11月末となっています。

大崎上島町共同募金委員会  
(電話0846-62-1718)

## “家族会”は知恵の宝庫 介護者家族会

～10月定例会のご案内～

- 日時** 平成26年10月10日(金)  
午前10時～11時30分
- 場所** 大崎老人福祉センター  
2F 和室の会議室
- 内容** 「消防署との係わりについて」
- 対象者** 在宅で介護をされている方

## 認知症の人と家族の会 ～10月定例会のご案内～

- 日時** 平成26年10月24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** 認知症の周辺症状への対応について(徘徊・妄想など)
- 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10月7日(火)  
午後1時30分～2時30分(受付)
- 場所** 大串老人福祉センター
- 内容** 介護保険の利用・内容など福祉に関する相談
- 対象者** 大崎上島町にお住いの方

## 「平成26年広島県大雨災害」義援金の受付について

大崎上島町社会福祉協議会では本所・各支所及び、役場本庁・各支所にて募金箱を設置し、義援金の受付を行っています。義援金の受付は平成26年12月26日までとなっております。皆様のご支援ご協力をお願いいたします。

お預かりした義援金は日本赤十字社広島県支部を通じて被災者へ届けられます。

(9月12日現在送金済額 905,260円)