

# 大崎上島町 社協だより

No.148

2015(平成27)年8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/>



## 地域リーダー研修会

こきんじょ  
**互近助力で安心・安全をつくる**



◆  
**社協がすすめる地域ネットワーク**



7月22日(水)開発総合センターにて『地域リーダー研修会』を開催。約140名のご参加をいただきました。

今後、予想されるさまざまな社会課題に対して、公的サービスだけでは限界があり、安心・安全な暮らしを実現するには、行政と住民が協働する町づくりが必要です。そこで、講師の上田部長から「互近助力で大崎上島町に支え合いの風を吹かせませんか」と力強くお話ししていただきました。

講師：広島県社会福祉協議会  
事業部長兼地域福祉課長 上田 正之さん

# 夢ハウスってどんなところ？

## 「夢ハウス」とは？

在宅の認知症高齢者等を対象に「空き家」を利用したコミュニティ・ケア事業です。少人数で家庭的な雰囲気の中、おしゃべりしながら、折り紙やちぎり絵の手作業や季節の行事を取り入れながら、のんびりと時間を過ごすところです♪



介助担当 藤原早美



介助担当 井上友子



調理担当 岡田由紀子

現在夢ハウスでは、スタッフ3名が協力しながらがんばっています♪

## ☆1日の過ごし方☆

- 9:00～ 送迎
- 9:45～ 健康チェック
- 10:00～ 雑談  
手作業
- 11:40～ 昼食
- 12:30～ リラックスタイム
- 14:00～ おやつ
- 15:00～ 送迎



季節感を味わっていただけるよう、様々な工夫をしています♪



大串海岸へドライブに行きました



畑で採れたスイカをいただきます！



※こんな楽しいところです♪

お問い合わせ先 社協本所 ☎62-1718

※この事業には共同募金財源が活用されています。



## 大崎上島町被災者生活サポートボラネット推進会議開催

7月29日、平成27年度第1回大崎上島町被災者生活サポートボラネット推進会議を開催しました。

この会議では、災害時に被災者への生活サポート活動が迅速に行うことができるよう、町域の関係機関・団体が情報交換や課題等の検討を行っています。こうした会議を通して、相互のネットワークを強化し、災害時においてそれぞれの持つ役割、能力、特性等を活かした効果的な支援体制を創っていきたいと思っています。

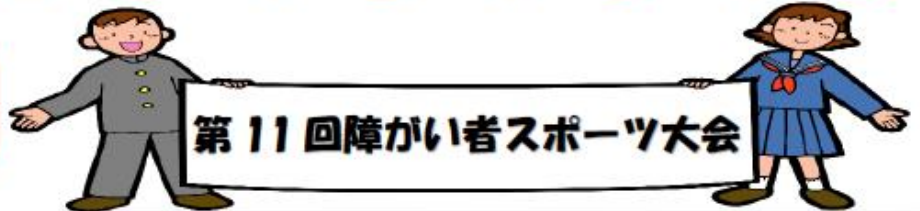


### 被災者生活サポートボラネットとは

毎年、日本各地で大規模な自然災害が発生し、多くの方の生命や財産が失われています。そのような災害時には公的機関の支援も必要ですが、被災した地域に住む住民同士の支え合い（共助）やボランティア活動による支援も必要です。いざという時に住民同士の支え合いや被災者生活サポートボランティア活動に取り組めるよう、社会福祉協議会や大崎上島町をはじめとする町内の関係機関・団体が情報交換や防災・減災に向けた取り組みを協働で行っています。



### 身体障害者福祉協議会



7月25日(土)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、わかばの会の会員など78名が集まりスポーツ大会を開催しました。

4チームに分かれ、みんなで協力しあい競技を楽しみました。



## 認知症も、足腰の衰えも怖くない

### “いきいき応援隊”で、いきいき人生！

4月から「いきいきとした生活をするためには、筋力を低下させないことが大切である。」というお話をしてきました。

あなたは、日常生活の中で何か運動をしていますか？

「運動をしたほうがいいな・・・」と思っではいるものの運動するきっかけがつかめない。少しは運動を続けていたが色々あっていつの間にかやめてしまった。できるだけ今の体力を保って自宅で暮らし続けたい。

このような方は、この機会に、是非「いきいき応援隊」講座へご参加ください。理学療法士による運動指導に加え、今年度からは、認知症を予防する運動(コグニサイズ)もおこないます。

ただし、医師からの運動制限がある方は、申し訳ありませんが参加することができません。なお、平成25・26年度に受講された方も参加できませんので何とぞご了承ください。

日時：右ページのカリキュラムをご覧ください。(毎週木曜日)

内容：★運動のための基礎知識

★健康チェック：血圧測定 運動前自己記入式問診

★運動・・・筋トレ、コグニサイズ、有酸素運動他

会場：木江保健福祉センター (大崎上島町木江5-9)

対象者：大崎上島町民(医師からの運動制限のない方)

持参品：室内用シューズ、水分補給用の飲み物、タオル

★運動のできる服装でお越しください。

★10回は、調理実習のため午前中から開催。(10:00～16:00)

エプロンと三角巾をご持参ください。

申込方法：下記支援センターへお電話でお申込ください。

申込先：大崎上島町地域包括支援センター ☎67-0022

大崎上島町木江5-9(社会福祉協議会本所 木江保健福祉センター内)

申込期限：9月11日(金)



《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

## 平成 27 年度いきいき応援隊講座日程表 (会場：木江保健福祉センター)

開催日時		13:15～	13:30～14:30	14:30～16:00
1回	10/1	健康チェック	開講式 いきいき応援隊とは	体力測定
2回	10/8	健康チェック	解剖運動学 体の部位と関節の名称	(合同)いきいき百歳体操 ウォーキング コグニサイズ
3回	10/15	健康チェック	解剖運動学 体の部位と関節の名称 (復習)	同上
4回	10/22	健康チェック	解剖運動学 関節の運動	同上
5回	10/29	健康チェック	解剖運動学 関節の運動 (復習)	同上
6回	11/5	健康チェック	解剖運動学 筋肉	同上
7回	11/12	健康チェック	解剖運動学 筋肉 (復習)	同上
8回	11/19	健康チェック	しっかり噛んで、きちんと飲み込む	同上
9回	11/26	健康チェック	しっかり噛んで、きちんと飲み込む (復習)	同上
10回	12/3	健康チェック	調理実習・試食 (10:00～13:00) 食生活と栄養	いきいき百歳体操 (13:20～14:00)
11回	12/10	健康チェック	解剖運動学 神経	いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操
12回	12/17	健康チェック	解剖運動学 神経 (復習)	同上
13回	12/24	健康チェック	食生活と栄養 (復習) 体力測定	同上
14回	1/7	健康チェック	いきいき百歳体操 (13:30～14:20)	リズムに合わせて楽しく有酸素運動 (14:30～15:30)
15回	1/14	健康チェック	加齢と運動器の障害 運動を安全に行うために	いきいき百歳体操 かみかみ百歳体操
16回	1/21	健康チェック	加齢と運動器の障害 (復習) 運動を安全に行うために (復習)	同上
17回	1/28	健康チェック	認知症について	同上
18回	2/4	健康チェック	認知症について (復習)	同上
19回	2/18	健康チェック	これからの活動にむけて	同上
20回	2/25	健康チェック	(合同) 体力測定	(合同) いきいき百歳体操 閉講式

※講師等の都合により、日にちや内容が変更になる場合があります。ご了承ください。

※ は、理学療法士さんが来られます。

※(合同)は、前年度までのいきいき応援隊講座修了者の方も参加します。



# 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27年7月11日～平成27年8月10日お申し出分】

## 【香典返し】

- ・大串 福本 美智也様 (故父 清喜 様)
- ・沖浦 橋本 盛明 様 (故母 恵美子様)
- ・中野 石本 文章 様 (故父 常夫 様)
- ・東野 望月 隆志 様 (故父 住夫 様)
- ・木江 中本 克弘 様 (故母 ミユキ様)
- ・中野 平原 三男 様 (故次女 恵 様)

## 【生前のお礼】

- ・木江 故 脇 喜美江 様
- ・木江 松下 多津三様 (故母 タズエ様)
- ・東野 底押 仁文 様 (故母 幸 様)

## 【一般寄付】

- ・原田 竹内 照枝 様 (福祉機器借用のお礼)
- ・匿名 (4名様)

## お知らせ

### 運転協力員募集!

外出支援サービスの運転協力員を募集しています。運転協力員となっていただくには、国土交通大臣が認定する簡単な講習会の受講が法律で義務付けられています。

講習会は次のとおり開催されます。

日程：10月10日(土)と12日(月)の2日間  
会場：下見福祉会館(東広島市)

※受講に係る、交通費、受講料などは社会福祉協議会が負担します。

ご協力いただける方は、9月4日までに社協本所(☎62-1718)へご連絡ください。

### “家族会”は知恵の宝庫 介護者家族会

～9月定例会のご案内～

日時 平成27年9月11日(金)  
午前10時～11時30分

場所 大崎老人福祉センター  
1階「すまいる一む」

内容 「介護者のための痛み解消りハビリ」講師 老健 みゆき

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

～9月定例会のご案内～

日時 平成27年9月25日(金)  
午前9時30分～11時30分

場所 大崎上島開発総合センター  
研修室1

内容 「理解・判断力障害について」

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 & 暮らしの相談会



日時 平成27年9月1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・内容や生活費など福祉に関係する相談

対象者 大崎上島町にお住いの方