

大崎上島町 社協だより

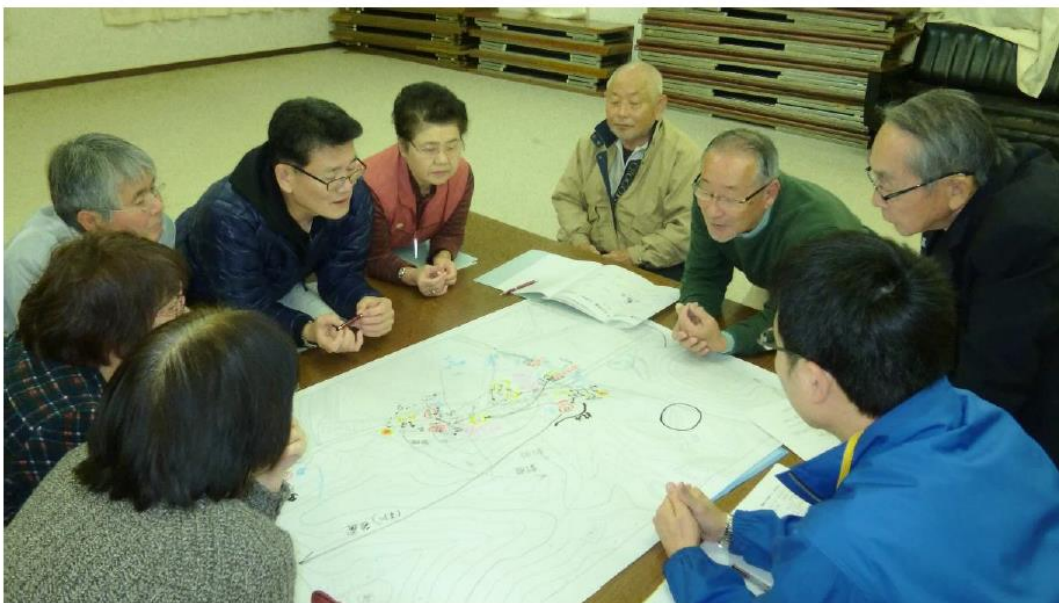
No.164

2016(平成28)年12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/>



住み慣れた地域で安心して
住み続けるために…



今年度は、大田区・向浜区で

地域づくりり会議を開催

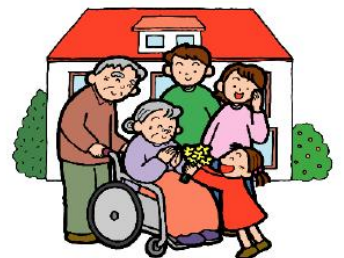


社会福祉協議会では、平成二十年度から、住み慣れた地域で自分らしく安心して暮らせる地域をめざして、地域づくり会議を開催しています。

地域づくり会議では、拡大マップを使って、地域の中の困りごとや課題について、住民の方から、ご意見や日頃の気づきを出していただき、それぞれの特性を生かした地域づくりをすすめていきます。

今年度は、東野地区・大田区と木江地区・向浜区の2地区で開催されています。どちらの地区でも熱心な意見が交わされ、変わりゆく故郷を地域の力で何とか守っていこうという温かい気持ち伝わってきました。

また、今年度は各地で発生している災害に備え、身近でも起こる災害の可能性も想定して、災害時に生かせる地域づくりについても話し合います。



あったかふくしのまちづくり計画 その3

(社会福祉協議会地域福祉活動計画)

社会福祉協議会では、「地域福祉活動計画(平成29年度～)」の策定に向けて、現在までに策定委員会を2回、職員によるワーキング(策定作業)会議を5回行いました。5年後には『こんな町にしたい』という関係者の熱い思いが実現できるよう、住民のみなさまとの活動計画づくりに取り組んでいます。

これまでの会議では、平成24年度から平成28年度の活動計画の実施状況を振り返り、成果と課題を出し合い、今後の重点目標(案)について協議しました。



人づくり

☆地域福祉活動の協力者を増やします

地域の応援隊

- ・外出支援協力員
- ・かみじまネット協力員
- ・サロンスタッフ
- ・高齢者巡回相談員
- ・生活支援員(かけはし)



こんなまちにしたい

場づくり

☆住民同士がふれあい、話し合える場を作ります

- ・ふれあいサロン活動のお手伝いをします
- ・地域づくり会議を各地区で進めていきます
- ・他機関と共働して新たな社会資源を作っていきます

めざしていきたいこと

～島だからこそできる地域づくり～

- ①小地域福祉活動の強化
- ②ボランティア活動協力者の支援・確保
- ③総合支援体制の強化
 - ・総合相談
 - ・権利擁護(成年後見)
 - ・かけはし(日常生活自立支援)
 - ・生活福祉資金・民生資金

地域の強みを引き出す

「ごきんじょ互近助の底力」を強化

活動づくり

☆日常の困りごとを支える支援活動をすすめます

- ・小地域福祉活動(互近助どうしの支え合い)
- ・ふれあいサロンの活動づくり
- ・かみじまネットのしくみ拡充
- ・権利擁護・かけはし



つながりづくり

☆さまざまな関係団体・機関とのつながりを深めていきます

- ・ボランティア交流会(サロン、かみじまネット、外出支援)
- ・合同連絡会(区長・民生委員・高齢者巡回相談員等)
- ・行政、地域包括支援センター、福祉施設等
- ・災害ボランティアセンター

「島だからこそできる 家族のような『互近助』ごきんじょどうしの支え合い」を実現していくために、地域のみなさまとともに取り組んでまいります

夢ハウスだより



11月30日、「認定こども園ひかりえん」で、夢ハウス利用者との交流会がありました。ひかりえんの見学をしたり、園児の合唱を聴いたり、一緒に童謡などを歌い、最後はみんなで握手をしてお別れしました。

普段関わるのが少ない子どもたちとのふれあいを通してみなさんが笑顔になり、これからも元気で長生きできるパワーをもらうことができました。



夢ハウス事業は皆様からの赤い羽根共同募金の配分金が活用されています



<高齢者巡回相談員事業よりお知らせ>

平成28年11月より、
東野地区の白水区高齢者巡回相談員を次の方に委嘱いたしました。

◎白水区巡回相談員 筒年子 さん

今後ともよろしくお願いたします。

11月21日（月）、東野小学校において、「東野小ふれあいタイム」が開催され、東野地区老人クラブの有志の方々に、昔ながらの遊び道具作りの指導に行きました。

長年にわたって続いているこの活動が評価され、今年度の全国老人クラブ大会において活動賞を受賞しました。



2年生 紙飛行機



3年生
びゅんびゅんゴマ



1年生 缶ぽっくり



給食タイムで楽しく交流



4年生 こま



5年生 竹でっぼう



6年生 竹とんぼ

いくつになっても筋肉は増やせる！①

「もしかしてサルコペニア（加齢や病気で筋肉量が減少すること）！」

足腰が弱って、動くのが億劫であるということを目の相談の中でよくお聞きします。サルコペニアが起こっていることが伺えます。図1のようにサルコペニアが起こることによって、運動量が減少し、食欲が低下し、低栄養状態になるという悪循環に陥り、より健康度を低下させてしまう状態です。サルコペニアは予防できないのでしょうか。まずは、図2で自分の体をチェックして考えてみましょう。



「指輪っかテスト」

●ふくらはぎの最も太い部分を両手の親指と人さし指で囲む

低 ← サルコペニアの可能性 → 高



囲めない



ちょうど囲める



隙間ができる

図2 指輪っかテスト

参考：東京大学高齢社会総合研究機構 飯島勝矢教授らの調査研究

「歳をとることだけで、筋肉が減るわけではない！」

東京大学高齢社会総合研究機構飯島勝矢教授らの調査研究で、サルコペニアには加齢のほか、女性、運動機能、滑舌、食べ物をかむ力、人とのつながり、余暇に活動する習慣、牛乳・野菜・果物を食べる頻度などが関わっていることが分かったとされています。つまり、加齢だけが筋肉減少の要因ではないということで、ほかの面からの改善が可能ということです。

《相談窓口・問い合わせ》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（木江保健福祉センター内）

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28年11月9日～平成28年12月9日お申し出分】

【香典返し】

- ・沖浦 沖本 俊司 様 (故母 ノブ 様)
- ・沖浦 柏田 恒佳 様 (故父 琢磨 様)
- ・東野 平 節子 様 (故夫 善昭 様)
- ・中野 長田 淳 様 (故父 和之 様)
- ・中野 榎本 江司 様 (故妻 静子 様)
- ・中野 亀田 文男 様 (故母 ヤスエ様)



【生前のお礼】

- ・東野 松浦 正樹 様 (故母 坂子 様)
- ・東野 上場 徹 様 (故兄 拓 様)
- ・東野 田畑 寿明 様 (故父 義雄 様)

【一般寄付】

- ・東野 望月 美智子様 (外出支援のお礼として)
- ・中野 菅原 一郎 様 (外出支援のお礼として)
- ・匿名 (1名様)



お知らせ

介護者家族会 ～1月定例会のご案内～

日時 平成29年1月13日(金)
午前10時～午前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 介護者同士が、介護のヒントや経験などを共有し、日頃の思いを語り合う場です。

対象者 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29年1月10日(火)
午後1時30分～2時30分(受付)

場所 大崎上島開発総合センター

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を行います。

対象者 大崎上島町にお住いの方

老人クラブ連合会よりお知らせ

①地域指導者講習会

日時 平成29年1月13日(金)
場所 東野保健福祉センター 機能訓練室

内容 「災害時、高齢者に及ぼす影響と対処技術」

対象 単老正副会長、若手・女性委員

②高齢者総合教室(卓球教室)

日時 平成29年1月20日(金)
場所 東野保健福祉センター 機能訓練室

☆これを機に老人クラブへ加入しませんか？

認知症の人と家族の会

日時 平成29年1月27日(金)
午後9時30分～11時30分

場所 オレンジハウス

内容 認知症の方とそのご家族や支援者が集まり、日頃の悩みや病気のことなどを語り合う場です。

対象者 認知症状がある方、在宅で介護をされている方