

大崎上島町 社協だより

No. 274
2026(令和8)年2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.syakvo.net/>



～東野・木江地区地域活動研修会～



／ 盛谷フォークソング同好会の皆さん ＼



1月24日、東野・木江地区の地域活動研修会を開催し、多くの参加者で賑わいました。
午前中は、盛谷フォークソング同好会による演奏が行われ、懐かしいフォークソングの数々が披露され、手拍子をしたり、口ずさんだりしながら、和やかな時間を楽しみました。
午後からは、各地区の発表をしました。日頃練習した合唱や楽器演奏を披露して、会場からはたくさんの拍手が送られました。今後も、会員同士の交流を大切にしていきたいです。

老人クラブだより

料理教室をしました！！



1月27日、高齢者総合教室で料理教室を開催しました。講師にクッキングサロン東野の西本さんをお招きし、塩分量や栄養のバランスを考えたメニューをご指導いただき、参加者で調理を行いました。

調理中は参加者同士の会話も弾み、「新しい料理に挑戦するいい機会になった」「家でも作ってみたい」といった声が聞かれるなど、交流の場としても有意義な時間となりました。完成した料理を食べながら、笑顔あふれるひとときを過ごしました。

【献立】

ぶりのパン粉焼き
梅長芋のふわふわ焼き
にんじんと牛こまのすり流し



これからの「自分の暮らし」を自分で 選ぶために ～任意後見という備え～

1月23日、東野保健福祉センターにて大崎上島町との共催による「権利擁護セミナー」を開催しました。

今回は将来の判断能力の低下に備えるための大切な仕組みである「任意後見制度」をテーマに、広島公証人合同役場の公証人・太田雅也氏を講師に迎え、オンライン形式で講演会を行いました。

講演では任意後見制度の基礎知識に加え、似た言葉である「法定後見制度」や「家族信託」との違いを分かりやすく解説いただきました。

それぞれのメリット・デメリットを整理し、「制度で出来ること・出来ないこと」や契約締結までの具体的なステップについても詳しくお話いただきました。

いつまでも自分らしく、安心して暮らすためには、元気なうちから備えておくことが大切です。「自分の意思」で将来への備えができる任意後見制度について理解を深める良い機会となりました。



令和7年度 大崎上島町赤い羽根ボランティアスクール 受講者募集

地域の活動を知り 共に生きる地域社会を一緒に考えてみましょう！

プログラム	開催時間 13:30~15:00
第1回: 3月12日(木)	講義 『心と経験によりそうボランティア活動』 ～多様性を認め合う好縁社会のために～ 講師:清光寺 住職 松浦 真英 氏(社会福祉士・介護支援専門員)
第2回: 3月17日(火)	活動紹介 『地域の居場所づくりのための活動を知る』 発表者:向山サロン「ひなたぼっこ」代表 高原 由実 氏

受講方法	対面形式（オンラインでの受講を希望される方はご相談ください）
会場	木江保健福祉センター 機能訓練室
参加費	無 料
主催	大崎上島町社会福祉協議会
申込方法	大崎上島町社会福祉協議会へ ① Eメール ②お電話 のいずれかの方法でお申し込みください。
申込期限	令和8年3月4日(水) 17:00まで
受講要件	原則2日間とも受講可能な方(過去に受講された方の受講も大歓迎！)
【申込・お問合せ先】	大崎上島町社会福祉協議会（本所）担当：藤原 電話／62-1718 Email／ o-chiikifukushi@syakyo.net



小地域福祉活動推進会議

社会福祉協議会では、行政区ごと（小地域）の課題解決の仕組みを話し合う「地域づくり会議」を中心とした、「小地域福祉活動」を推進しています。2月4日に木江保健福祉センターで町内の22団体が集まり、小地域福祉活動推進会議を行いました。社協が行っている小地域福祉活動、地域づくり会議の内容の報告や各団体どうしの意見交換を行いました。

意見交換では、社協で推進している「命の宝箱」の活用状況についての質疑や、各機関が取り組む町内の見守り活動の紹介などを行い、各機関の活動が見える会議になりました。



令和7年度ボランティア交流会



1月20日、かみじまネット協力員、介護支援ボランティア、寄り添いパートナーのボランティアの皆さまにお集まりいただき、健康福祉課と合同で令和7年度ボランティア交流会を開催しました。現在、町内で活躍されているボランティアさんに、ボランティアを始めたきっかけや活動の中で大変だったこと、良かったことなど、ボランティア活動のやりがいや課題をご意見いただきました。

この三者の交流会は初めてで、それぞれの活動内容や思いを共有し、参加者どうしが自由に意見交換できる場として開催しましたが、意見発表など緊張する場面もあったので、次回はご意見をアンケート記入、席の配置を自由にするなど工夫して開催したいです。

現在のボランティア活動を大切に守りながら、皆さんと一緒に次世代へつなげていくことを目指します。

ふれあいサロン

サロン協力員連絡会を開催しました！



お忙しい中お集まりいただきありがとうございました！



生協ひろしま

地域包括支援センター

安心

2月6日、令和7年度サロン協力員連絡会を開催しました。

今回の連絡会では、生協ひろしまさんにお越しいただき、「安心つながりステーション」についてお話しいただきました。「安心つながりステーション」とは、地域住民どうしのつながり・見守り合い・買い物支援の場で、「買い物+集いの場づくり」を目指す、生協ひろしまの新しい取組みのひとつです。このように、生協ひろしまは商品の配達だけではなく、地域の暮らしを安心・元気にする活動をされています。

次に大崎上島町地域包括支援センターの社会福祉士、主任介護支援専門員、保健師より「地域包括支援センター」の役割について説明していただきました。包括でどんなことができるのか、そもそも事務所がどこにあるのか知らない方もおられ、管理者からは「困ったときのなんでも相談窓口なので、気軽にサロンへ呼んでいただきたい」とお話しがありました。

ふれあいサロンでは様々なゲストをお招きし、説明会なども行っています。ふだんの暮らしに役立つ情報を共有できたり、会食やお茶をしながら仲間とおしゃべりを楽しんだり、ご近所さんどうしが集う地域の中のお茶の間のような場所です。毎回楽しみに安心して通い、つながり続けられる居場所を、社協もサロン協力員の皆さんと一緒に守っていけるように取り組んでまいります。



この時期に注意したい、 高齢者の健康・安全チェックリスト！！

寒さが厳しい日が続いております。冬は高齢者の体調変化や転倒等の事故が起こりやすい時期です。チェック表を活用しながら、日々の生活を元気に過ごしていきましょう。

1. 寒さ・体温管理（寒さは**血圧の上昇**や**体調不良**を引き起こしやすくなります。）

- 室温が18℃以上に保たれている。
- 朝晩は重ね着で調整できている。
- 就寝時に首・手首・足首を冷やしていない。
- 暖房使用中も定期的に換気している。



2. 血圧・心臓への配慮（急な動作や温度差は、**心臓や脳に大きな負担**をかけます。）

- 起床時・トイレ・入浴前後に急な動作をしていない。
- 脱衣所や浴室が**寒くなりすぎないようにしている**。
- 血圧測定を定期的に行っている。
- 入浴は40℃以下・10分以内を目安にしている。
- エアコンなどの暖房器具**を使っている。

3. 感染予防（高齢者は感染症が**重症化しやすい傾向**があります。）

- 外出後・食事前の手洗いができている。
- 人込みでは**マスク**を着用している。
- 発熱・咳・強いだるさ**があれば早めに主治医や家族に相談できている。
- 予防接種を受けている。



4. 転倒・事故防止（転倒は骨折や要介護状態につながる**ことがあります**。）

- 室内の段差・敷物・コードが整理されている。
- 外出時は滑りにくい靴を使用している。
- 夜間の足元照明が確保されている。



5. 脱水・栄養管理（冬でも脱水や低栄養は**起こり、体力低下**につながります。）

- のどの渇きを感じなくても、水分を摂取（1日1.2ℓ程度）している。
- 1日3食**を目安に食事がとれている。
- たんぱく質**（1日50～60g）をとれている。
- 食欲低下や便秘が続いていない。



6. こころ・生活リズム（家に閉じこもりがちになると、**心も身体も弱**くなります。）

- 日中に**日光を浴びる**時間がある。
- 会話や挨拶など人との**かかわり**がある。
- 日中起きて、夜きちんと眠れている。
- 以前と比べて**元気や表情の変化**がない。

上記の項目でチェックがあまりつかなかった方、黄色信号かもしれません。当センターは介護保険のことだけでなく生活の中の困りごとについても相談を承っております。お電話で解決することもありますので、お気軽にご相談くださいね（まずは相談から！です）

また、自分のことだけでなく、ご近所さんとの日頃の挨拶や声かけを行い、誰もが元気に安心して住み続けることができる互近所どうしで支え合える地域をつくっていきましょう！



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。

【令和 8年1月9日 ~ 令和 8年 2月12日 お申し出分】

【生前のお礼】

- ・東野 松浦 恵美子様 (故夫 清 様)
- ・中野 有田 由里 様 (故母 杉原鉦子様)
- ・中野 松本 一彦 様 (故妻 美智子様)
- ・中野 福政 千鶴子様 (故夫 敬司 様)
- ・原田 半田 弘則 様 (故妻 繁子 様)
- ・東野 土坂 栄行 様 (故父 義一 様)
- ・明石 脇田 高枝 様 (故夫 俊彦 様)
- ・中野 佐々木豊美 様 (故夫 知弘 様)
- ・中野 青木 俊朗 様 (故母 智津子様)

【香典返し】

- ・中野 熊佐 圭子 様 (故夫 尊徳 様)
- ・中野 池田 香代 様 (故夫 逸雄 様)
- ・東野 岡崎 初美 様 (故母 宮田伸子様)
- ・原田 末廣 剛二 様 (故母 照子 様)
- ・大串 竹下 清史 様 (故父 清宗 様)

【一般寄付】

- ・匿名 (3名様)



お知らせ

在宅介護者家族会 ~3月はお休みです~

認知症の人と家族の会 ~3月定例会のご案内~

日 時：3月27日 (金) 9:30~11:30

場所：オレンジハウス

対象者：認知症状がある方、在宅で介護されている方



身体障害者福祉協議会だより

福祉講演会を開催しました！



1月16日、開発総合センターにおいて福祉講演会を開催し、約30名の方にお越しいただきました。

講師に介護福祉の専門職でありながらお笑い芸人としても活躍されている鹿見勇輔さんをお迎えし、「自分らしく笑顔で 心豊かに生きる」と題し、講演いただきました。自身の体験談も交えたお話は共感しやすく、これからの生き方を見つめ直す良い機会となりました。

大崎上島町共同募金委員会よりお知らせ

昨年10月から実施しておりました「赤い羽根共同募金運動」は、1月31日現在、2,302,181円のご協力をいただいております。皆様から頂きました募金は本会を通じて広島県共同募金委員会へ全額送金させていただきました。募金は県内の民間社会福祉施設や団体へ配分されるほか、災害復興、被災者への支援に使われます。

また、大崎上島町社協へ配分される募金については、町内の地域福祉、在宅福祉活動の貴重な財源として活用させていただきます。皆様の心温まる善意に対し厚くお礼申し上げます。

「社協だより」は、皆様からの社協会費・寄付金などにより、発行させていただいております。