

かけはし

第 51 号



社協だより

平成 25 年 9 月 25 日発行



この社協だよりは、共同募金の
配分を受けて作成しています。

第3回 揖斐川町社会福祉大会



▲民生・児童委員功労で受賞された皆様です（関連記事は 2 ページ）

も く じ

- 第 3 回揖斐川町社会福祉大会…………… 2
- 福祉委員活動だより 他…………… 3
- 「かけ・ボラ」、脳トレコーナー 他…………… 4
- 介護マメ知識 他…………… 5
- 施設だより…………… 6
- 赤い羽根共同募金のお願い…………… 7
- おしらせ／予定など…………… 8

本誌に対してのご意見・ご要望がございましたら、
下記までお寄せください。

編集・発行

社会福祉法人

揖斐川町社会福祉協議会

〒501-0603 岐阜県揖斐郡揖斐川町上南方 193 番地
TEL (0585)23-0411 FAX (0585)23-1678
<http://www.ibi-syakyou.jp/>
E-mail ik-syakyou@ip.mirai.ne.jp

第3回 揖斐川町社会福祉大会

「みんなの笑顔があふれる『あい』のまちづくり」をめざして

9月7日(土)、揖斐川町中央公民館大ホールにおいて、第3回

揖斐川町社会福祉大会を開催しました。町内の福祉関係者や福祉団体及び住民の皆様約500名に参加いただき、ともに支え合い、助け合う地域づくりの推進を「大会宣言」の中で力強く誓いました。

式典では、長年にわたり社会福祉及び地域福祉活動に顕著な功績のあった方23名(内2団体)に、会長から表彰状並びに感謝状を贈呈し感謝の意を表しました。

今回の大会では、「春日下ヶ流区福祉連絡会」の活動発表を行い、住民主体の見守り活動の推進をめざしました。また、岐阜経済大学の梅木真寿郎准教授からは、「協働の地域づくり」について必要性や方法、課題などわかりやすく講演をいただきました。

すべての人が、いきいきと安心して暮らせる「みんなの笑顔があふれる『あい』のまちづくり」を住民の皆様と更に進めていきたいと思います。

受賞された皆さんは次の方々です。

(敬称略・順不同)

揖斐川町社会福祉協議会会長表彰

【民生・児童委員功労】

安藤 稔 中村 明美
新井なを子 田中 芳江
高橋 圭子 高橋紀久子
小寺 一江 森 智子

【社会福祉功労】

藤吉すま子 内田 はる
細野 昌子 森本 清子
高橋 綾子 森田 八重

【その他の社会福祉功労】

傾聴ボランティアわかば
藤美会
雨森 木綿 岡部 道子

揖斐川町社会福祉協議会会長感謝

【その他の社会福祉功労】

馬場 信之 中野 敏子
小林 祐子 窪田 仁美
小里みよ子

地域福祉活動事例発表

春日下ヶ流区福祉連絡会

春日下ヶ流区は毎年、役場と社会福祉協議会が協働で行う「地域福祉懇談会」を契機に、地域の見守り体制づくりの重要性、福祉についての情報交換・話し合える場の必要性を認識され、平成23年7月に「下ヶ流区福祉連絡会」を設立されました。

行政推進員、民生委員児童委員、福祉委員を主体に区の各関係団体で組織され、要支援者の支援体制ネットワークづくりをはじめ、「見守り・ささえあいカード」の作成、ふれあい交流など、独自の活動を行っています。



記念講演

講師 岐阜経済大学准教授 梅木真寿郎氏

「つながりで拓く地域の課題」共に生き、共に担う協働の地域づくり」をテーマにご講演をいただきました。春日下ヶ流区の事例を取り入れながら、今後予想される地域の課題や、それに対する解決方法や方向性をお話していただきました。公的なサービスだけでは支援できない現状を受け止め、住民同士が協力し合える「協働社会の構築」の必要性を多くの参加者が認識しました。



「理事会・評議員会だより」

7月18日(木)第3回理事会及び第3回評議員会が開催され、評議員の選任に関し理事会の同意を求めることについて、苦情解決第三者委員の選考について、一般会計補正予算についてなど7議案が上程され、いずれも原案のとおり可決されました。

福祉委員活動だより

北新町区(揖斐)の活動

北新町区ではひとり暮らし高齢者など、見守りが必要だと思われる方を把握し、福祉委員へ訪問等と呼びかけています。「見守りカード」や「救急医療情報キット」の推進にあたっては、福祉委員が中心となって対象者一人ひとりに対し説明を行い、登録を勧めていただいています。

また昨年度は、県で開催された「見守りネットワーク活動推進セミナー」に3名の福祉委員が参加され、見守りのあり方、日常生活の中での情報収集の重要性などを学びました。その研修の内容は、区の執行部等との合同会議で報告され、見守りの意義や方法、連携について理解を深めました。

合同会議には区の執行部、班長、消防団員、保健推進員、交通安全委員など様々な役員が参加されています。6月の会議では、定期的な開催と情報の共有、北新町に必要な独自の事業を考えることが必要だという意見が出されました。

今後も地域の絆を更に深め、住みやすい北新町のまちづくりを期待しています。



集まろまいか

外津汲地区福祉連絡会(久瀬)

外津汲地区福祉連絡会は、平成23年2月12日に発足しました。構成員は16名、会長は行政推進員、副会長は民生委員、書記は赤十字奉仕団支部長、推進委員として福祉委員はじめ区の役員6名、赤十字奉仕団員7名の計16名で構成しています。偶数月の第2土曜日に定例会を予定し、必要に応じて開催されています。

当地区は高齢者が多く、いつ何が起きてもおかしくありません。現在、介護サービスを使いながらも外津汲で生活したいという方が多くみえるため、行政推進員を中心に区全体で見守りながら生活を支えてみます。中でも赤十字奉仕団員は2人ずつで声をかけられ、訪問活動を行ってみえます。見守りカードの推進と共に、地元の情報を加味し、地域の実情に合わせた内容を当事者の意志を大切にしながら展開されています。

いつまでも住み慣れた地域で元気に暮らすには、普段から住民同士意思の疎通を図り、いざという時に、あわてずすぐ対応できるように備えなければなりません。

これからも安心して生活できるよう役員のみならず、みんなで見守る温かい地域をめざされています。



キッズパワー事業

(共同募金配分金事業)

7月17日(水) 揖斐川中学校において、3年生133名を対象に「揖斐川町社会福祉協議会について知ろう!」と題して出前講座を行いました。

大変暑い中ではありましたが、社会福祉協議会の意義や目的、揖斐川町の現状と人口の推移、揖斐川町社会福祉協議会の活動の説明を、メモを取りながら熱心に聞いていました。また、いびがわチャンネル「脳トレ」番組の放映や簡単なレクリエーションを行い、笑顔や声を掛け合う姿が見られました。

緊張がほぐれた後のグループワークでは、「ふくし」をテーマに各グループで話し合いを行い、「笑いあえることが大切」、「相手のことを平等に考える」等、多くの意見を出し合うことができました。

今回の学びを通じて、生徒自身が「ふくし」の発信源になってくれればと願っています。



▲グループワークの様子

「かけ・ボラ」

社会福祉協議会では、ボランティアとボランティアを必要としている方を「かけはしコーディネート」しています。

「ボランティアスクール2013」

揖斐川町内の中学生・高校生を対象に、夏休み期間中の7月22日～8月23日を利用してボランティアスクールを実施しました。ボランティアスクールは、充実したボランティア体験を目指すため、今年度より2日間以上（最大3日間まで）の参加を原則としました。

今年は、昨年度より人数は減ったものの100名を超える生徒が申請、参加してくれました。初日は緊張している様子で、何をしたいかわからないといった感じでしたが、2日目になると積極的に声をかけたり、周りを見て動いたりといった頼もしい姿が見られました。

施設の方からは、「毎年参加していただいても助かっている」「職員も利用者も元気になる」といった声が聞かれました。ご協力いただきました施設及び学校関係者の皆様に、心からお礼申し上げます。



▲昼食の準備をしています
(坂内デイサービスセンターもみの木)

ボランティアに関する
問合せ先

揖斐川ボランティア市民活動支援センター(揖斐川町社会福祉協議会内)
TEL: (0585) 23-0411 FAX: (0585) 23-1678

赤い羽根文庫

揖斐川町内の小中学校及び高等学校(18校)、幼児園・幼稚園・保育園(11園)、揖斐特別支援学校、子育て支援センターに、それぞれ希望の図書を購入し贈呈しました。

この「赤い羽根文庫事業」は読書を通じて子どもたちに夢や希望を持っていただき、豊かな心を育み福祉への関心を高めてもらいたいとの願いを込められた事業です。

今後共同募金の配分金を有効に利用させていただき、地域の皆様に役立つ事業を行っていきたくと考えています。



福祉のつどい開催のお知らせ

～どなたでも参加できます～

福祉のつどいを開催します！笑いながら楽しく体を動かし、心も体も元気になります！

清水地区 10月17日(木) 午前10時～

清水公民館

経永地区 10月23日(水) 午後1時30分～

経永公民館

講師 小原信子氏

(福祉レクリエーションワーカー)
社協ボランティアの協力による心温まる茶話会もあります。皆さん、お誘い合わせてお越しください！

脳トレコーナー

認知症予防等のための「脳のトレーニング」クイズです。

正解者の中から抽選で5名様に、図書カードをプレゼントします。

●応募要項

ハガキに答え・住所・氏名・年齢をご記入の上、下記までご応募ください。また、社会福祉協議会に対するご意見、ご希望もあわせてお寄せください。

●応募先

〒501-0603 揖斐川町上南方193番地
揖斐川町社会福祉協議会 地域福祉係

●応募期間

平成25年9月25日(水)～平成25年10月10日(木)必着
※発表は、図書カードの発送をもってかえさせていただきます。
※先月号の答えは・・・『カモメ』

～なぞなぞ～
何と読むでしょう？

竹竹竹竹

介護マメ知識「腰痛体操」

介護を続けるためには、自分の体の維持も大切です。そこで、腰痛体操をシリーズで掲載します。

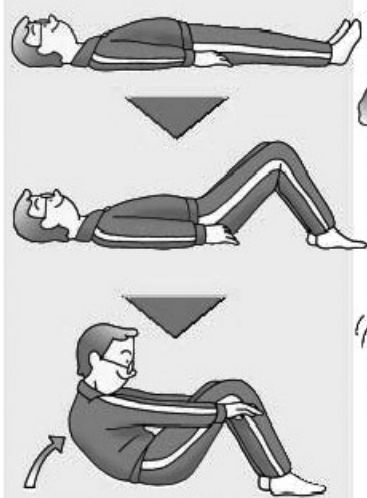
「腰痛防止には、簡単な腰痛体操を覚え、『毎日行う』ことがポイントです」

腰痛体操の基本は、①身体を柔らかくするストレッチング、②腹筋を強くする体操、③背筋を強くする体操の3種類です。この他にもさまざまな方法がありますが、どんな方法でも長く続けなければ意味がありません。簡単なものを覚えて、確実に毎日行うことが大切です。

ただし、激しい痛みがある場合は腰痛体操を行ってはいけません。無理をせず、体調に合わせて行いましょう。

腹筋を強くする体操

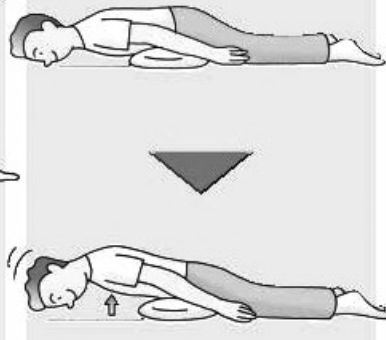
ポイント!! あごはできるだけ引きつける



- ・仰向けに寝て、膝と股関節を軽く曲げる。その姿勢から上体をゆっくり起こし、約45度の位置でそのまま5秒間、そしてゆっくり上体を床に下ろす。
- ・15分間を目安に、適当な回数行います。決して無理をしないように。
- ・力が弱く上体を起こせない方は、仰向けのまま、起こす努力をするだけでも十分です。

背筋を強くする体操

ポイント!! あごを引いた状態が理想的



- ・下腹部に枕などを置いて、うつぶせに寝る。その姿勢から上体をゆっくり起こす（床から約10cm）。そのままの姿勢で約5秒間、そしてゆっくり上体を戻す。
- ・腹筋を強くする体操より少なめに。1日5～10分間が目安です。決して無理をしないように。腰を反らし過ぎると危険です。
- ・力が弱く上体を起こせない方は、うつぶせのまま、起こす努力をするだけでも十分です。

こんな症状が出たら運動は止めましょう!!

腰痛を防ぐ体操や運動の基本は、無理せずマイペースで行うことです。運動中に下記のような信号を感じたらすぐに休憩しましょう。また、体調が悪いときには運動は控えましょう。

- 足や腰や関節に痛みを感じる
- 足に力が入らない
- 足がもつれる
- 息切れが激しい
- 脈拍がいつもより多い
- お腹に痛みを感じる
- 頭痛、めまいがする
- いつもより疲れる
- 冷や汗が出る

11月11日は「介護の日」

「介護」について、皆さんは考えたことがありますか。今、介護をしない人も、いつか家族の介護をする立場になったり、介護を受ける立場になったりするかもしれません。介護はだれにとっても身近な問題なのです。それぞれの立場で「介護」について考えてみませんか。



介護者のつどいの会 泉内

日常の介護からひととき離れてリフレッシュしましょう!



【日時】平成25年12月16日(月)

～20日(金)

【内容】アレンジメントフラワー教室

【場所】揖斐川、谷汲、春日、久瀬、藤橋、坂内の5地区で開催

【参加費】1,000円

【対象者】揖斐川町に在住・在宅で介護をしている方

【申込先】揖斐川町社会福祉協議会
在宅福祉課または各支所

施設だより

谷汲 デイサービスセンター

『夏祭り開催』

谷汲デイサービスセンターでは、8月8日（木）、9日（金）と毎年恒例の夏祭りを行いました。

今年は、普段お祭りに行く機会の少ない利用者に祭りの雰囲気味わってもらおうと、屋台めぐりを計画しました。お雛子の流れる中、輪投げや射的などの懐かしいゲームを楽しまれたり、ボランティアの方々と交えて盆踊りを踊りました。

とてもいい笑顔があちこちで見られ、楽しいひと時を過ごすことができました。

◀輪投げを楽しんでいます



▲盆踊りの様子

春日 デイサービスセンター

『納涼祭り』

春日デイサービスセンターでは、8月5日（月）～10日（土）に、毎年恒例の流しそうめんを行いました。

本物の竹から流れてくるそうめんを薬味の入ったつゆで食され、「美味しい」「ごっとう（御馳走）じゃ」と、利用者からの声が賑わしく飛び交い、ボランティアスクールで参加された春日中学校の生徒やスタッフも夏の風物を楽しむことができました。

◀流しそうめんの様子



▲美味しく召しあがって見えます

坂内デイサービスセンターもみの木

『夏祭り開催』

坂内デイサービスセンターもみの木では、8月20日（火）に恒例の夏祭りを行いました。

今回は、出店巡りとして輪投げ、的あて、スカットボールのゲームを楽しみながら廻り、景品を手にして喜んでいただきました。

その後、おやつをいただきながらお菓子のつかみ取りを行い、「家の土産が出来た」と喜んでおられました。

お盆が過ぎ、孫、ひ孫さんが帰られて寂しい時でしたので、利用者の皆様も元気に参加され有意義な一日を過ごされました。

▼出店巡りの様子



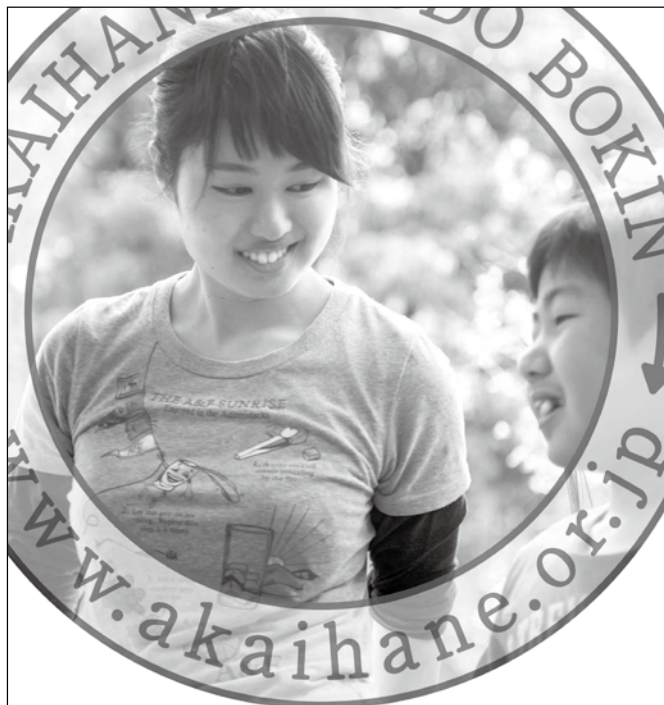
▲輪投げで景品をいただきました

赤い羽根共同募金運動がはじまります

【運動期間】 10月1日～12月31日



今年も皆様のご協力をお願いします！



町に愛を。胸に羽根を。



石神井のあかいほね女子

じぶんの町を良くするしくみ。

赤い羽根共同募金

www.akaihane.or.jp

さまざまな形で募金運動を実施します

戸別募金・・・自治会を通じて、世帯ごとをお願いします。
法人募金・・・町内の企業や法人をお願いします。
職域募金・・・町内の団体、官公庁などの職域で呼びかけ、募金運動を実施します。
街頭募金・・・町内のイベントや、店舗の前など街頭で募金運動を実施します。
イベント募金・・・イベントにあわせて募金運動を実施します。
学校募金・・・町内の学校の児童・生徒に呼びかけ、募金運動を実施します。

今年も10月1日～12月31日まで全国一斉に赤い羽根共同募金が展開されます。

この共同募金運動は、戦後まもない昭和22年に始まり、地域住民のご理解とご協力のもと今年で67回目を迎えました。共同募金会揖斐川町分会では、「赤い羽根共同募金」と「歳末たすけあい募金」の2つの募金をあわせて共同募金と呼び、一括しての募金をお願いしています。

皆様からお寄せいただいた募金は、岐阜県共同募金会を通じ、岐阜県内の民間社会福祉施設や社会福祉協議会に配分され、地域の福祉に役立てられます。一人ひとりの力は小さくても、たくさん集まると大きな力になります。この趣旨をご理解いただき、皆様の共同募金へのご協力をお願いいたします。

岐阜県共同募金会 揖斐川町分会（社会福祉法人揖斐川町社会福祉協議会）

高齢者向け料理レシピ

～生活習慣予防に良い食事を紹介します～

◎しょうがときのこのスープ (カロリー 120kcal、塩分 1.1g)

材 料	分量 (2 人分)
生椎茸 (きのこ類)	2 枚
し め じ	1/2 パック
え の き 茸	1/2 パック
木 綿 豆 腐	1/2 丁
ね ぎ	1/2 本
水	300cc
鶏ガラスープの素	小さじ 1
し ょ う ゆ	小さじ 2
塩	少々
こ し ょ う	少々
水 溶 き 片 栗 粉	大さじ 1
ご ま 油	小さじ 1/2
しょうが(すりおろし)	小さじ 1

- ① 椎茸は、石づきをのぞいて薄切りにする。しめじは、根元を除いて小房に分ける。えのき茸は、根元を切ってほぐす。
- ② 豆腐は、1cm 角に切る。ねぎは、1cm 幅の小口切りにする。
- ③ 水、大さじ 1 と片栗粉大さじ 1/2 を合わせておき、水溶き片栗粉を作っておく。
- ④ 鍋に、水と鶏ガラスープの素を入れて沸かし、①の椎茸、しめじ、えのき茸、ねぎを加えて、きのこが柔らかくなるまで煮る。
- ⑤ 豆腐を加えて少し温めて、しょうゆ・塩・こしょうで味をつける。
- ⑥ ③の水溶き片栗粉でとろみをつけ、ごま油を加えて軽く混ぜる。
- ⑦ 器に盛り付け、しょうがをのせる。

★レシピのポイント★

このスープは、人参など自宅にある野菜を入れても美味しいです。これから秋も深まります。しょうが入りスープで体を温めましょう。



「母子・父子家庭等激励事業」 共同募金事業 配分金事業

1. 対象者
町内在住で、次のいずれかに該当し、支援を希望される世帯の子ども (0 ～ 18 歳)
①母子家庭等世帯の子ども ②父子家庭世帯の子ども
2. 支援内容
子ども 1 人あたり、3,000 円分の図書カードを贈ります。
3. 申込方法
社会福祉協議会本部または各支所までお申込みください。
4. 申込締切 平成 25 年 10 月 31 日 (木)
5. 配 布 12 月に配布する予定です。
※詳細は社会福祉協議会・地域福祉係 (☎ 23-0411) までお尋ねください

傾聴講座のご案内

- 日 時：平成 25 年 10 月 3 日 (木)
午後 1 時 30 分～ 3 時 30 分
- 場 所：損斐川町役場 3 階 防災対策室
- 内 容：ロールプレイを交えた傾聴講座
- 講 師：子安崇雄 氏
(岐阜いのちの電話協会理事 他)
- 対象者：傾聴に関心がある方ならどなたでも歓迎します
- 定 員：100 名
- 申込方法：電話 (23-0411) / FAX(23-1678)

あたたかいところ

こころあたたまる寄付をいただき
誠にありがとうございました。

- ★馬場 信之様 (谷汲)
..... 1,000,000 円
- ★匿名 (損斐川)
..... 20,000 円
- ★匿名 (損斐川)
..... 10,000 円
- ★松井 親夫様 (谷汲)
..... 10,000 円

【平成 25 年 7 月 1 日から 8 月 31 日まで】

10月・11月の予定

10月3日(木)	傾聴講座
8日(火)	給食サービス (久瀬・藤橋)
9日(水)	給食サービス (谷汲)
10日(木)	給食サービス (損斐川)
〃	給食サービス (坂内)
17日(木)	福祉のつどい (清水地区)
18日(金)	給食サービス (春日)
23日(水)	福祉のつどい (脛永地区)
中 旬	ミニ運動会 (谷汲デイサービスセンター)
〃	お楽しみ会 (春日デイサービスセンター)
下 旬	ミニ運動会 (坂内デイサービスセンター)
11月8日(金)	給食サービス (損斐川)
12日(火)	給食サービス (久瀬・藤橋)
13日(水)	給食サービス (谷汲)
14日(木)	給食サービス (坂内)
15日(金)	給食サービス (春日)
18日(月)	幼児園児との交流会 (春日デイサービスセンター)
29日(金)	介護予防ボランティア養成講座
中 旬	幼児園児との交流会 (坂内デイサービスセンター)



各支所電話番号

谷汲支所 (谷汲保健センター内)	☎ 56-3700	久瀬支所 (久瀬振興事務所内)	☎ 54-2288
谷汲デイサービスセンター	☎ 56-3630	藤橋支所 (藤橋振興事務所内)	☎ 52-2111
シングルシルバーふれあいの家	☎ 56-3150	坂内支所・坂内デイサービス センターもみの木	☎ 53-2662
春日支所・春日デイサービス センター (かすがモリモリ村内)	☎ 58-0008	高齢者住宅「はなもも」	☎ 53-0007