

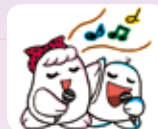
# かけはし

第 63 号



社協だより

平成 27 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。

## ボランティアスクール2015 ☆☆I can do it☆☆



▲一緒に貼り絵をしています（グループホーム揖斐川げんき村）  
（関連記事はかけ・ボラ）

### も く じ

|                      |   |
|----------------------|---|
| ● サロン紹介 .....        | 2 |
| ● 福祉委員活動だより 他 .....  | 3 |
| ● 脳トレコーナー 他 .....    | 4 |
| ● 赤い羽根共同募金のお願い ..... | 5 |
| ● 施設だより .....        | 6 |
| ● 認知症について 他 .....    | 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

〒501-1314 岐阜県揖斐郡揖斐川町谷汲名礼 265 番地 43  
TEL (0585) 56-3700 FAX (0585) 56-0078  
<http://www.ibi-syakyou.jp/>  
E-mail [ik-syakyou@octn.jp](mailto:ik-syakyou@octn.jp)

# サロン紹介

## ●ぬくもりサロン（大和地区）●

「今朝、畑に行ったらイモ食べられていたわ!」「うちの軒下のタマネギが食べられていたわ!」と毎回サロンに集まるや、こんな会話が弾む山に囲まれ野生動物の対策に苦慮している西若松区です。毎日畑に出かけ、せつせと野菜作りと畑を囲うネットの手入れに苦労しつつも、野菜を作る楽しみがあるからと皆さんの顔は輝いています。我が地区は、親子世帯が70%ですが、昼間家族が仕事に出かけ一人となる家庭もあります。

秋から冬の間は、畑仕事もできないことから家に閉じこもり、顔を合わす機会が少なくなります。昨年11月「みんなで集まってお茶を飲み話ができたら」との声が上がりました。区役員、福祉委員が中心となって地区の皆さんに呼びかけ、参集した皆さんで話し合いを持ち、サロンを立ち上げました。サロンの名前は、参加者からの発言で人と人が心で繋ぐ心温かい仲間づくり、ふれあい・いきいき「ぬくもり」サロンの誕生です。

その後、毎月1回午前中の活動プログラムは、皆さんからの要望を取り入れ講師の方をお願いし、健康体操、歌、折り紙、落語など、毎回活動内容を工夫しながら参加した皆さんが笑顔で楽しんでもらえる「ぬくもりサロン」を展開しています。今後の活動計画に地区の子ども会「孫・ひ孫」達とのふれあいの場をつくることを考えております。

（ぬくもりサロン 代表者）



▲七夕飾りを背に、腹話術を楽しみました

## ●上神原サロン（谷汲地区）●

毎月1回、第2金曜日に開催しています。サロンの目的は、『地域の見守り・健康づくり』と少々大袈裟ですが、サロンに参加できるということとは、今月も「元気だよ」とお互いに会えること自体が目的そのものです（も楽しみのひとつになっています）。年間の活動内容は、計画にもとづいて、また参加された皆さんの意見も聞き楽しいサロンを続けるようにしています。

上神原サロンは、平成24年1月に「少人数（5〜6人）の皆さんが地域で集まれることは出来ないか」と話が持ち上がり、現在では24名（男性6名を含む）の方々が参加していただけるようになりました。

これからも地域の皆さんと、無理なく楽しいひと時を過ごせるようなサロンを続けていきたいと思っています。

（上神原サロン 代表者）



▲おやき作りの様子



▲折り紙を折っている様子



## 福祉委員活動だより

### 「腰永地区福祉防災委員会だより」

今年度腰永地区の福祉委員は経験者1名、新規の委員が21名の計22名で構成されています。ほとんどの委員が新規委員ということで、事業を推進していくのは並大抵ではありません。訪問調査を6月にするように決定し、施設入所者を除く65歳以上の独居者の家庭、77歳以上の高齢者夫婦のみの家庭、77歳以上で家族と同居の家庭の3部門の調査を行いました。

独居宅においては「話相手がなく、たいへん寂しい」と訪問した福祉委員にいろいろと話された方もありました。そのような方には、何か不都合があれば委員に連絡が取れるようにしております。また、高齢者宅では自分たちの今後の心配ごとをたくさん話されました。高齢者宅には「見守りカード」の普及が急務と考えました。また、家族と同居の高齢者は、現在のところ何も問題なく生活されており「ありがたいことだ」と喜んでおられ、安心しました。しかし、認知症の行動が始め心配を抱えている家族や、認知症がひどくなり、在宅での介護に不安を感じている家族の声などもお聞きすることができました。

これから夏を迎えますので、高齢者が日課としております畑仕事は「適当に時間を調整して、水分補給と休憩をとりながら作業してください」とお願いしております。

今後は、日常生活を脅かす悪質商法の被害にあわないために、警察の講話を取り入れるとともに、安心安全の生活を送って頂くために福祉懇談会を実施します。そして今年度中に第2回目の訪問調査を計画しております。また、次年度にはミニ集会を実施できるように頑張っていきたいと考えております。

(腰永地区福祉防災委員会 委員長)



## 「おたっしや教室」開催中!

今年度から揖斐川町の委託を受けて、65歳以上の方を対象に、介護予防教室「おたっしや教室」を北方、清水の2地区で開催しています。

運動教室では、体の歪みを正すストレッチや、音楽に合わせて体操を行っています。7月にはゆる体操を行い、体の力を抜いて気持ち良く体操をしました。10月には口腔ケアで、口の中から健康を始めることの大切さを学びます。毎回20〜30名ほどの参加者があり、なじみの関係になり、ぎわっています。参加者からは「家で一生懸命、振り子体操を頑張っているよ!」「毎回楽しんだよ」と大好評です。時には大笑いもあり、和気あいあいとした雰囲気で行っています。ぜひ、お誘い合わせてご参加ください。

北方地区…毎月第3水曜日 北方公民館  
清水地区…毎月第2金曜日 清水公民館  
持ち物…運動のできる服装、水分、タオル、上靴

今からでも遅くはない!  
参加者募集中!!



▲ゆる体操の様子  
全身の力を抜いて、緩めています



▲振り子体操の様子  
体を動かしながら脳も鍛えています

## 赤い羽根文庫(共同募金配分金事業)

赤い羽根文庫事業は、赤い羽根共同募金の周知、および読書を通して子どもたちの健やかなこころの成長を図るために実施している事業です。

揖斐川町内の小中学校(13校)及び高等学校(2校)、幼稚園・幼稚園・保育園(10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128冊を購入し贈呈しました。



## 福祉のつどい開催のご案内

どなたでも参加できます！

歌って、笑って、おしゃべりをして、心も体も元気になりましょう！社協ボランティアのご協力による心あたた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。



清水地区 10月21日(水)

午前10時～ 清水公民館

脛永地区 10月23日(金)

午後1時30分～ 脛永公民館

講師：羽田しのぶ氏(岐阜県音楽療法士)

## 脳トレコーナー

### 脳トレから寄せられた皆さんの声

妻がサロンで代表をさせていただき、地域の輪を大切にしているようです。いつまでも続くことを願っています。(70代 男性)

少しでもできることをしながら歳をとりたい、認知症を少しでも遅らせたい、そんな思いの毎日です。脳トレコーナーなどなどに時間を使うのは楽しみです。(80代 女性)

今は元気で夫婦での生活ですが、いつシングルシルバーになるかもしれません。福祉事業がこんなに沢山あるなんて知りませんでした。いずれ少なからずお世話になることですから、これからは勉強しなければいけませんね。(70代 女性)

いびがわ健康福祉フェアとても良かったです。地域のことをいろいろ考えてくださり感謝しております。(60代 女性)

認知症予防等のための「脳のトレーニング」クイズです。

文字を並べ替えてください。何と読むでしょう？

つ る う え え ふ と

※小さい文字は大きい文字になっています。例えば、「コップ」は「こつぷ」

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

〒501-1314 揖斐川町谷汲名礼265番地43 揖斐川町社会福祉協議会 地域福祉係

### ●応募期間

平成27年9月28日(月)～平成27年10月9日(金)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…『4』(※コーン状(扇形)の3つの数字の合計が15になっている)(48通の応募がありました。ありがとうございました。)

# 赤い羽根共同募金運動がはじまります



©L5/YWP・TX

## 妖怪ウォッチと 赤い羽根共同募金が コラボしました

【運動期間】  
10月1日～12月31日

少子高齢化が進む中、地域では福祉に関わる様々な課題が顕在化しています。こうした課題を解決するため、地域住民によるボランティア活動が盛んに行われています。また、自然災害の発生時などにおいてもボランティアは大きな力を発揮し、住民同士の支えあいの活動は、私たちの生活にかけがえのないものとなっています。「赤い羽根共同募金」はこうした地域での福祉活動を行う住民ボランティアを応援する募金です。

今年度、初の試みとなる本コラボレーションは、未来を担う子どもたちに「赤い羽根共同募金」を通じて「思いやりの心」や「助け合うことの意義」などを分かりやすく親しみやすく伝えること、また、多くの方々に「赤い羽根共同募金」に関心を持っていただくことを目的として、妖怪ウォッチ制作委員会様の協力を得て実施をするものです。

地域の皆様のご協力をお願いいたします。

### 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、世帯ごとにお願  
いします。

法人募金……町内の企業や法人にお願いします。

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。

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）





## 施設だより



### 谷汲 デイサービスセンター

谷汲デイサービスセンターでは、8月3日（月）、4日（火）に毎年恒例の「夏祭り」を開催しました。今年も昨年好評だった屋台巡りをメインに、駄菓子屋で好きなお菓子を選んでもらったり、おやつを食べたりと楽しい時間が過ごせるように計画しました。

地域のボランティアの方や、ボランティアスクールに参加した中学生の協力で屋台を盛り上げていただき、利用者の皆さんは、ゲームの得点によって順位がつく事で楽しみながら一生懸命に参加されていました。最後は盆踊りでお祭り気分を味わっていただきました。

これから  
も季節行事  
を取り入れ  
て、利用者  
の皆さんに  
楽しんでも  
らいたいと  
思います。



▲釣りゲームを楽しんでみえます

### 春日 デイサービスセンター

春日デイサービスセンターでは毎年恒例、この暑い時期にピッタリの、「流しそうめん」を8月3日（月）～8日（土）に行いました。

夏の風物詩でもある流しそうめんに欠かせない青竹は、今年も地域の方のご厚意で準備していただきました。冷たい水と一緒に流れるそうめんを箸やフォーク型スプーンで上手にとり、「夏はやっぱこれじゃー」と薬味の入った麺つゆで美味しく食べておられました。また、中学生ボランティアの協力もあり、更に楽しい納涼会を行うことができました。



▲流しそうめんを楽しんでみえます

### 坂内デイサービス センターもみの木

坂内デイサービスセンターもみの木では、夏のお楽しみ「夏祭り」を8月18日（火）、19日（水）の2日間にわたり開催しました。

今年も赤十字奉仕団のボランティアの方に協力をお願いし、お祭りを盛り上げていただきました。

日ごろの感謝を込め、利用者の皆さんが楽しめるような屋台やゲームコーナーを用意しました。ゲームコーナーでは、みなさん袋一杯に景品を持って帰られました。楽しい汗をかいた後は冷たいアイスクリームを召し上がった後には冷たいアイススクリームの中、しばし談笑されました。お祭りの最後には炭坑節を踊り、夏の風情を味わうことができました。

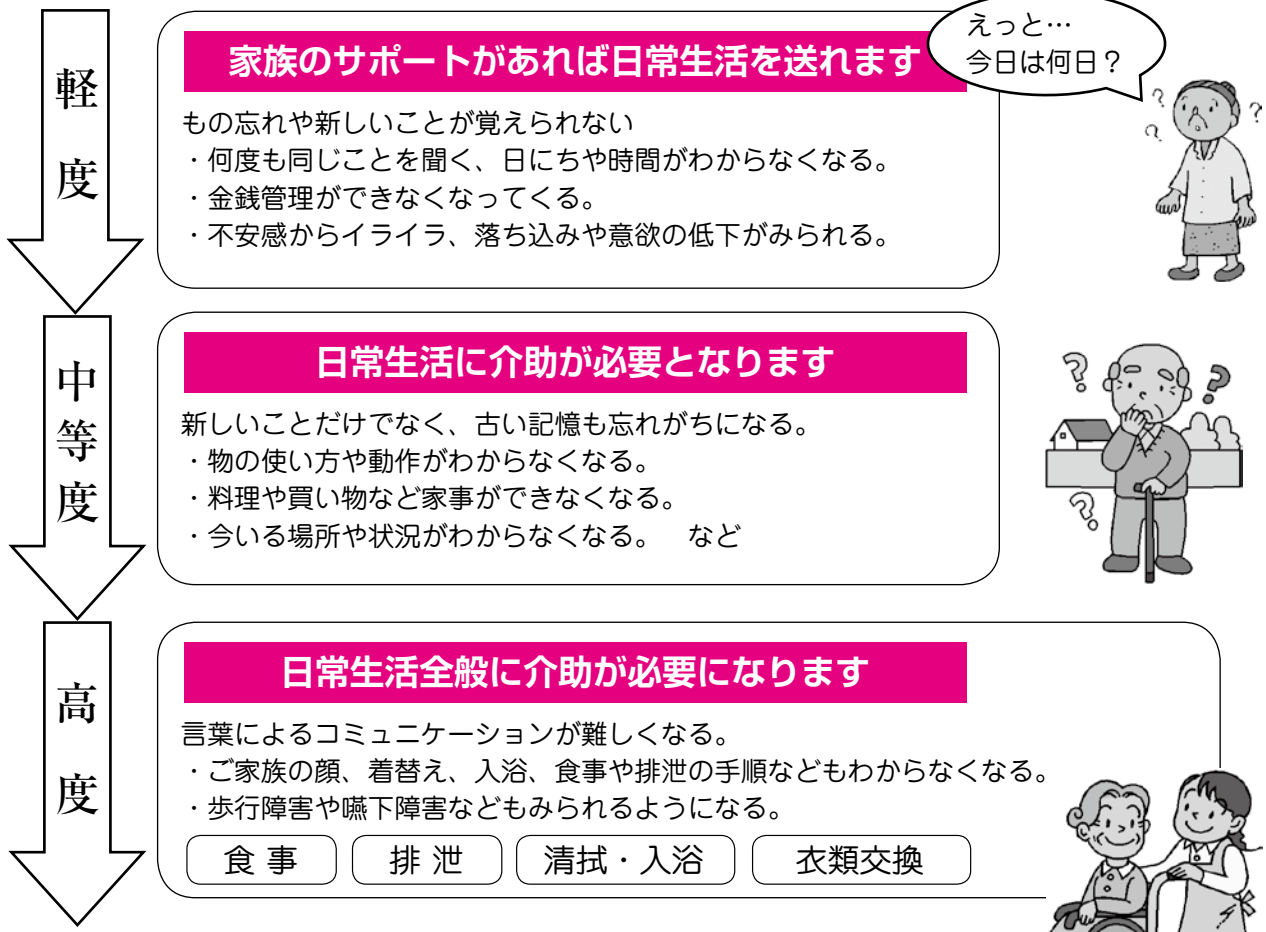


▲みんなで炭坑節を踊っています

# 認知症について

## 「認知症」の進み方

### 認知症の経過は大きく分けて3段階



※もの忘れなど、気になったら早めに受診し、相談してみましょう。

## 11月11日は「介護の日」

「いい日、いい日、毎日、あったか介護ありがと」  
介護についての理解を深め、介護従事者、介護サービス利用者、介護を行っている家族等を支援するとともに、地域社会における支え合いや交流を促進する観点から、国では、介護に関する啓発を重点的に実施するための日として、「介護の日」を定めました。

介護はだれにとっても身近な問題です。それぞれの立場で「介護」について考えてみませんか。



## 介護者のつどいのご案内

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！

【日程】平成27年12月14日(月)～19日(土)

【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会場で開催

【参加費】1,500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係  
または各支所までお申し込みください。



# 高齢者向け料理レシピ ～生活習慣病予防に良い食事を紹介します～

## ◎豚肉の甘辛カレー炒め (カロリー 254kcal、塩分 1.1g)

| 材 料 |           |   |   | 分量（2人分） |         |
|-----|-----------|---|---|---------|---------|
| 豚   | も         | も | 肉 | 160 g   |         |
| ピ   | ー         | マ | ン | 2 個     |         |
| に   | ん         | じ | ん | 40 g    |         |
| サ   | ラ         | ダ | 油 | 大さじ 1   |         |
| A   | 酒         |   |   | 大さじ 2   |         |
|     | 砂         |   | 糖 | 小さじ 1   |         |
|     | し         | ょ | う | ゆ       | 小さじ 2   |
|     | 粉         | 末 | だ | し       | 小さじ 1/4 |
|     | （ か つ お ） |   |   |         |         |
|     | み         | り | ん |         | 大さじ 1/2 |
| カ   | レ         | ー | 粉 | 小さじ 1/4 |         |
|     | こ         | し | ょ | う       | 少々      |

①豚肉は、繊維に沿って 4～5 cmの長さの細切りにし、ピーマン、にんじんも同じ長さの細切りにする。

②鍋を熱してサラダ油をなじませ、豚肉を入れて炒め、色が変わったらにんじんを加えて混ぜ合わせ、Aを加え、炒め合わせる。

③半分程度煮ついたらピーマンを加え、汁けがなくなるまで炒める。

### ★レシピのポイント★

お好みで甘口カレーパウダーで代用していただくと、マイルドな辛みに仕上がります。



## ひとり親家庭等激励事業

(共同募金配分金事業)

### 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、2,000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 27 年 10 月 30 日 (金)

### 5. 配 布

12 月に配付する予定です。

※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。

## 10月 11月の予定



|              |                      |
|--------------|----------------------|
| 10 月 9 日 (金) | 給食サービス (揖斐川)         |
| 〃            | おたっしや教室 (清水)         |
| 13 日 (火)     | 給食サービス (久瀬・藤橋)       |
| 14 日 (水)     | 給食サービス (谷汲)          |
| 15 日 (木)     | 給食サービス (坂内)          |
| 16 日 (金)     | 給食サービス (春日)          |
| 21 日 (水)     | おたっしや教室 (北方)         |
| 24 日 (土)     | 災害ボランティア研修会          |
| 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 5 日 (木) | 第3回介護予防ボランティア養成講座    |
| 10 日 (火)     | 給食サービス (久瀬・藤橋)       |
| 11 日 (水)     | 給食サービス (揖斐川)         |
| 〃            | 給食サービス (谷汲)          |
| 12 日 (木)     | 給食サービス (坂内)          |
| 13 日 (金)     | 給食サービス (春日)          |
| 〃            | おたっしや教室 (清水)         |
| 18 日 (水)     | おたっしや教室 (北方)         |

## あたたかいころ

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。

★松井親夫 様 (揖斐川) ..... 20,000 円

【平成 27 年 7 月 1 日から 8 月 31 日まで】



## 各支所電話番号

|                                   |           |
|-----------------------------------|-----------|
| 揖斐川支所 (福祉総合支援センター内)               | ☎ 23-0411 |
| 谷汲デイサービスセンター                      | ☎ 56-3630 |
| シングルシルバー<br>ふれあいの家 (谷汲)           | ☎ 56-3150 |
| 春日支所・春日デイサービス<br>センター (かすがモリモリ村内) | ☎ 58-0008 |

|                           |           |
|---------------------------|-----------|
| 久瀬支所 (久瀬振興事務所内)           | ☎ 54-2288 |
| 藤橋支所 (藤橋振興事務所内)           | ☎ 52-2111 |
| 坂内支所・坂内デイサービス<br>センターもみの木 | ☎ 53-2662 |
| 高齢者住宅「はなもも」 (坂内)          | ☎ 53-0007 |