

社協だより

「地域で介護予防」



介護予防「パワーアップ」リーダー養成講座 45名に修了証書 (関連記事 4ページ)

◆◆◆ 第112号の主な内容 ◆◆◆

- ★新年のご挨拶・社会福祉大会受賞者 2
- ☆地域ふれあい活動 3
- ★Pick up社協事業・ボランティアセンター通信 4
- ☆ゆうらいふ通信 5
- ★お知らせ 6

編集・発行

ふれあいネットワーク

社会福祉法人 涌谷町社会福祉協議会

〒987-0121 宮城県遠田郡涌谷町涌谷字新下町浦192番地

涌谷町高齢者福祉複合施設「ゆうらいふ」内

TEL(0229)43-6661 FAX(0229)43-6670

E-mail:shakyo@wakuya-sfk.net

ホームページ: <http://www.wakuya-sfk.net/>

新年のご挨拶



涌谷町社会福祉協議会
会長 小野寺 富雄

あけましておめでとうござい
ます。

町民の皆様におかれまして
は、心新たに年の初めをお迎え
のこととお慶びを申し上げます。

日頃、当社会福祉協議会の運
営や福祉事業の推進に深い、ご
理解と温かいご援助を賜り厚く
お礼申し上げます。

昨年を顧みますと、全国的な
気象現象として、広島県など台
風による記録的な豪雨や土砂災
害、河川の氾濫、竜巻による突
風などによって人的被害も相次
ぎ、改めて自然災害の猛威を感
じた年でありました。

従って、ゆうらいふといたし
ましても、災害に対する備えに
万全を期したいと思っております。

さて、地域社会を取り巻く環

境は、少子高齢化が進む中、
家族形態や経済状況の変化に
ともなって、ひとり暮らしの
世帯や夫婦のみの世帯、老老
介護世帯が多くなるなど新た
な福祉課題への対応が求めら
れています。

また、団塊の世帯が「20
25年」には、75歳の後期高
齢者になり、4人にひとり、
75歳以上という超高齢化が到
来いたします。

現在、介護を必要とする人
の数は、高齢者を中心に60
0万人とも言われています。
しかも、2012年時点で4
62万人の方が認知症を患っ
ているとも、みられています。

2013年時のわが国の「平
均寿命」は、男性が80・2歳、
女性が86・6歳になっています。

介護を必要とせず自立した
生活を送れる「健康寿命」は、
男性が70・4歳、女性が73・6歳
で、「平均寿命」と「健康寿命」
の差は、男性が9年、女性は12
年余りになっています。要介
護者を支える立場からすると、
この「健康寿命」を延ばし、「平

均寿命」との差を縮めて介護や
介助が必要な期間を短縮するこ
との重要性が指摘されています。
当社会福祉協議会といたしま
して、このような情勢を的確に
捉え、事業の推進に取り組んで
います。

昨年は、涌谷町との共催事業
として、介護予防パワーアップ
リーダー養成講座を開講し、45
名の方々に修了証書を授与する
ことができました。介護予防は、
高齢者が健康で生きがいをもつ
て、できる限り住み慣れた地域
において、自立した生活ができ
るように、運動機能の向上や栄
養改善・閉じこもり予防等につ
いて学んで頂きました。受講修
了者の皆さんには、学んで身に
付けられた運動・レクリエーショ
ンなど地域で普及されますよう
お力添えをお願いしたいと考え
ています。

本年も皆様にとりまして、ご
健康で佳き年でありますように、
ご祈念を申し上げます。ご挨拶とい
たします。



受賞おめでとうございます

(敬称略)

第60回宮城県社会福祉大会

(11/5 仙台サンプラザホール)

《宮城県知事表彰》

篤志奉仕者 (共同募金)

佐久間 信 (9-1区)

《宮城県共同募金会表彰》

奉仕功労者 (表彰)

安部 登 (日向区)

三神 強 (脇区)

奉仕功労者 (感謝状)

伊田 勇 (5-1区)

重泉 教一 (上谷地区)



〈第60回宮城県社会福祉大会〉

地域ふれあい活動紹介

地域から提出していただいたレポートを掲載しています。

協区「世代交流会」

11月2日(日)



前日が雨のため、グランドゴルフが出来なくなり、体育館でペタンクをしました。今回は3人で1グループを作り、試合をしました。グループを変えたり、

色を変えたりしながら世代を越えて和気あいあいと楽しくゲームをしました。昼食にはおにぎりや豚汁をごちそうになり、心もお腹も満腹で閉会となりました。



4区「芋煮会で健康と防災と親睦と」

11月15日(土)



体操とゲーム、くじ引き、車いす体験、昼食には手作りのおにぎりや豚汁と盛り沢山の内容と楽しい会食で親睦を深めました。

「使ったことがある」「別の使い方がある」などの声が聞かれました。

車いす体験では、母子で参加した方もおり「老いてきたので使うこともあり、参加した」と話していました。また、手作りのサイコロで楽しむたし算ゲームは、たいへん盛り上がりました。

猪岡区「健康教室」

11月17日(月)

ボランティアグループ折り紙の会「折り鶴」の皆さんに来ていただき、これからの季節に合った折り紙教室をしていただきました。今回教わった折り紙は自分たちが小さい時に作ったものと違い、アレンジがされていてとても新鮮なものでした。

参加者からは、「細かい作業をすると頭に効いている気がするね」「(家に)持って帰って家に飾ろうと思う」などの声が聞こえ、参加者の笑顔に企画して良かった、という思いになりました。



社会福祉士の取得を目指し、

涌谷町社会福祉協議会にて現場実習

「実習を終えて」

仙台白百合女子大学 三年 菅原 楓

私は、涌谷町社会福祉協議会で9月29日から10月31日までの約1カ月間、社会福祉士を目指して実習をさせていただきました。

実習では、涌谷町社会福祉協議会が行っている事業や地域での活動などに参加し、職員の方々の生の声を聞いたり、地域住民の方々と関わる貴重な経験となりました。

実習を行うまでは、社会福祉協議会と言われてもどんなことをしているのかよく分かりませんでした。しかし、1カ月間の実習を通して社会福祉協議会は、地域福祉を推進していく上で主体となる地域住民の方々が誰もがその人らしく安心して暮らすことができるようにお手伝いを行うところだということが分かりました。

そして、社会福祉協議会は涌谷町という町を作っていく上での地域住民の方々と関係機関とのネットワークを形成していく役割を果たしていることに気づきました。

涌谷町という町を作っていくためには、社会福祉協議会と地域住民の方々の連携が必要になるのだと思いました。

今回の実習を通して、たくさんの方々の地域住民の方々と関わることで、社会福祉士にとって人と人との繋がりは大切なことなのだということ学びました。実習で得たことはこれからの勉強や日常生活に活かして、地域住民の方々に必要とされるような頼りがいのある社会福祉士になりたいと思います。

最後になつてしまいました。約1カ月間熱心に指導してくださった会長様はじめ職員の皆様、そして温かく見守ってくださった地域住民の皆様、本当にありがとうございました。



●●●● Pick up 社協事業 ●●●●

介護予防「パワーアップ」 リーダー養成講座閉講式

5月から始まった養成講座も最終日となりました。

11月25日(火)「運動の必要性」と題し、河合楽器製作所体育事業部の巨泉猛(こいずみたけし)氏を迎え実技研修を実施しました。運動することで介護予防、認知症予防になることや、リーダーとしての知識を習得しました。今回も笑顔が絶えない講座となり、最終日にふさわしい研修をすることができました。



全12回の養成講座が修了し、同日閉講式を行いました。当日は、受講生に修了証書が授与されました。小野寺会長のあいさつでは、町民が高齢になっても、健康で充実した暮らしができるように、仲間の輪を広げて欲しいと話がありました。



ボランティアセンター通信



アニマルセラピーは、認知症状改善に効果もあると言われており、触れ合った利用者は、以前に飼っていた犬の事を思い出し、癒されています。

ボランティア来所

11月7日(金)、ゆうらいふに岐阜県のDogボランティア倶楽部の坂本政子さんとメイちゃん(ボランティア犬 15歳)が来所し、利用者と触れ合いました。ゆうらいふに来所されるのは、4年目となります。

ボランティア講演会

11月18日(火)、ゆうらいふにて、平成26年度ボランティア講演会を開催しました。当日は、43名が参加されました。

講師には、宮城テレビ「OH! バンデス」に10年間出演するなど活躍し、現在も講演やビジネスコーチ等幅広い分野で活躍されている、ドリームフィールド代表・阿部侑生さんをお招きしました。今回は、「楽しいボランティア活動とコミュニケーション」と題し、講演を行っていただきました。

話すということは、相手に伝えるだけでなく、自身に問いかけていることに繋がります。気持ちやマイナス思考になると、身体も運動して力を十分に発揮できない事をワークを交えて説明して頂くなど、「言葉の大切さ」と「笑顔の力」を学ぶ講演となりました。

はじめは緊張感を見せていた参加者の方も、ゲーム形式のワークが始まった途端、終始笑顔が絶えず、あっという間に時間が過ぎ、惜しまれつつ講演終了となりました。最後には参加者の方からの声でほろりとさせられる場面もあり、肌寒い一日でしたが、参加された方はボカボカになったのではないのでしょうか。



～わたしたちは、あなた「You:ゆう (利用者:家族:地域住民)」と共に、
あなたの生活「Life:らいふ (生活:人生:生涯)」を大切にします～

ゆうらいふ
社会福祉法人 涌谷町社会福祉協議会

通 信

「むつみ舞踊友の会」 舞踊ショー開催

11月18日(火)、ゆうらいふを会場に舞踊ショーが開催されました。「むつみ舞踊友の会」は町内外の福祉施設等で活躍しているグループで、全10曲を笑いあいの踊りなどを披露して頂きました。

利用者は、座長の来年もお会いしましょうの声に「元気でいっからね」と答え、楽しい午後のひと時を過ごしました。



グループホーム外出行事

2014年も終わりを迎えようとしていますが、「雪が降る前に美味しい物が食べたいね」と、12月1日(月)焼肉を食べに行ってきました。

目の前で次々に焼けるお肉に目を輝かせ、お腹いっぱい焼肉を食べて入居者は大満足の様子でした。

スタミナをつけて風邪をひかないようにこの冬を乗り切りたいと思います。



ベリーダンス・日本舞踊

11月20日(木)、仙台からベリーダンスカルチャースクールの皆さんと日本舞踊の先生がデイサービスに来訪されました。

ベリーダンスのエキゾチックな踊りを披露して頂いたり、日本舞踊のきれいな良い踊りに利用者の皆さんはとても喜んでおりました。



「自宅で生き生きかいご」

「なんでも食べて元気よく」 村上シモヨさん 104歳(協区)

涌谷町協区在住の村上シモヨさんをご紹介します。

家族5世代7人で過ごされています。シモヨさんは、明治43年1月10日生まれの104歳、涌谷町最年長者です。今まで大病をしたことがなく「医者いらす！」と笑顔で教えて下さいました。

長生きの秘訣は、「何でも食べること」。特に、生ガキ、ホヤ、エビといった海産物が大好きで、毎食の食事は残さず完食しています。

昔から、穏やかで優しい性格。孫嫁さんは、「年をとったら、こんなおばあちゃんになりたい」と微笑ましくシモヨさんを見つめお話し下さいました。

現在、訪問看護、訪問介護、訪問入浴を利用しながら自宅で平穩に過ごされております。



毎月発行“ヘルパーだより”を真剣な表情で読まれています。



ヘルパーさんと、ハイチーズ！

総合相談のお知らせ

生活相談所

日常生活で心配事、困りごとがありませんか？

お気軽にご相談ください。(秘密厳守！)

【開設月日】1月28日(水)、2月25日(水)、3月25日(水)

【相談時間】午後1時～午後3時

【相談場所】ゆうらいふ相談室



相談日以外にも、ご相談をお受けします。

担当 総務企画課

高齢者やご家族の悩みごと相談窓口

宮城県高齢者総合相談センターでは、高齢者やそのご家族の方々が抱えている、健康面や介護など、生活上の悩みごと・心配ごとの相談を受け付けています。

弁護士による法律相談(月2～3回)や、精神科医による医療相談(月1回)も行なっています(予約制)。相談は無料、秘密は厳守されますので、お気軽にご相談下さい。

お問い合わせ

【相談機関】宮城県社会福祉協議会 宮城県高齢者総合相談センター

【受付時間】午前9時～午後5時(土・日・祝日・年末年始を除く)

いろいろご

【相談電話】022-223-1165

心温まる善意ありがとうございました

(平成26年10月4日～平成26年12月12日まで)

寄付金

- 北海道在住 初山 邦夫 様……………10,000円
- 上郡一区 杉崎 啓志 様……………10,000円
- 日本民謡香湧会 様……………30,000円
- 涌谷町芸能ボランティアの会 様……………30,000円
- アルプス電気株式会社
アルプス電気労働委員会わくや支部 様…100,000円

ありがとうございます！
ご寄付ありがとうございます！



寄付物品

- 太田区 中川 真理 様……………かぼちゃ30個
じゃがいも5kg、白菜6玉
- 6区 菅原 信子 様…雑巾15枚、お手玉21個
- 折り紙の会 折り鶴 様……………はし袋220枚
- 4区 佐々木 とし江 様……………観葉植物1鉢
- 3区 匿名 様…リハビリパンツ、オムツ15袋

長野県神城断層地震災害義援金 募集受付について

11月22日(土)の長野県北部を震源とする地震により、県内各地において人的被害をはじめ、家屋の倒壊等甚大な被害が発生しました。

被災された方々を支援するため、下記のとおり義援金の募集をしています。



【募集期間】平成27年2月27日(金)まで

【募金方法】

①口座振込での募金：

七十七銀行県庁支店 普通0100897
名義 社会福祉法人宮城県共同募金会
会長 樋口稔夫
※通信欄に義援金名を記入して下さい。

②窓口での募金：

涌谷町共同募金委員会で受付します。
(涌谷町社会福祉協議会内)

担当：総務企画課

編集後記

新しい年を迎え、町民皆様にご家族お揃いで新年をお迎えのことと思います。
昨年は「社協だより」を愛読して頂き誠にありがとうございました。今年も「誰もがその人らしく、安心して暮らすことが出来る、地域社会の実現を目指して」皆様と一緒に地域の福祉増進に取り組みで行きたいと思っておりますので、ご指導ご鞭撻賜りますようお願い申し上げます。
今年も皆様に取っていただきありがとうございますようお祈り申し上げます。
広報委員

「フェイスブックはじめました！」

涌谷町社会福祉協議会公式のフェイスブックを開始致しました。より多くの情報を地域の方々に発信していきたいと思っておりますので、ぜひ「いいね！」をよろしくお願いします。

※フェイスブックとは、人と人とのつながりを促進・サポートする、コミュニティ型のウェブサイトです。

