

ふれあいぽけっと

たなか りき さん

今月の題字
牟礼西小学校 一年

【発行】ふれあいぽけっと編集委員会 (事務局:社会福祉法人 飯綱町社会福祉協議会) / 〒389-1201 長野県上水内郡飯綱町大字芋川181
TEL 026-253-8456 / FAX 026-253-2907 / Eメール: iishakyo@ii-shakyo.or.jp



主な記事

- トン汁フォーラム
- 社協予定表
- 救急員養成講習会
- いきいきサロンの講師募集
- いいづなの事業所
- ボランティアコーナー
- 自然育児のススメ
- うんちく
- まちがいさがしクイズ
- 新 ささらばさら (④コママンガ)
- りんごのつぶやき

平成25年12月1日、信濃町総合会館を会場にトン汁フォーラムが行われました。

今年で6回目となるこのイベントは『障害がある人もない人も、すべての人が暮らしやすい町』を目指して、福祉関係者や各種団体、地域の皆さんが交流し、障害について理解を深めることを目的に開催されています。

今年は飯綱町と信濃町の福祉関係者による寸劇や信濃町のひだまりセンターの皆さんによる演奏なども行われました。

寸劇では、福祉制度や両町の福祉サービスについて来場者に演技を交えてわかりやすく紹介しました。

また、飯綱町ボランティア連絡会からは手作り味噌をふんだんに使ったトン汁が参加者の皆さんに振舞われ、参加者の交流をより一層盛り上げていました。

ひだまりセンターとは…心身障害のため、一般の会社に勤めることが難しい人などが作業などを通じて社会生活能力を高め、就労や地域生活がしやすくなるように願って作られた通所施設です。

社協月間予定

★平成26年1月10日～2月10日★

月	日	曜日	予定	月	日	曜日	予定
1	10	金	街中サロン「楽らく」	1	28	火	救急員養成講習会
	21	火	救急員養成講習会		30	木	救急員養成講習会
	23	木	救急員養成講習会	2	2	日	救急員養成講習会
	24	金	街中サロン「楽らく」				

救急員養成講習会のお知らせ

救急員養成講習は、ケガの応急処置、心肺蘇生、AED（自動体外式除細動器）等の技術を身につけることができ、原則として講習の全日程を修了すると**救急員資格を取得**することができます。（資格取得後、3年ごと最新の救急法を学ぶ資格継続研修を受講する必要があります。）

詳しくは、1月7日（火）の新聞折り込みチラシをご覧ください。

日 時：1月21日（火）、23日（木）、28日（火）、30日（木）午後1時～午後5時
2月2日（日）午前9時～午後5時【全5日間】

会 場：元気の館（町民会館併設）

参加費：3,000円（救護セット・教本・保険代など）

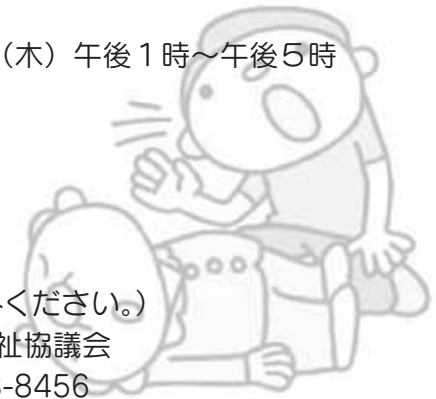
持ち物：筆記用具・昼食（2月2日のみ）

服 装：動きやすい服装

定 員：20名（先着順となりますのでお早めにお申し込みください。）

主 催：飯綱町救急員連絡会 協力：飯綱町社会福祉協議会

申込み・問い合わせ 飯綱町社会福祉協議会 TEL026-253-8456



いきいきサロンの講師大募集

飯綱町社会福祉協議会では、町内各地区で実施されている「いきいきサロン」の講師を募集しています。健康や美容、料理、ダンス、手品など分野は問いません。いきいきと活気ある地域づくりのため、あなたのお力を貸してください！

いきいきサロンって？

地域の公会堂などを利用し、参加者同士がみんなで企画し、ともに運営していく楽しい仲間づくりの活動です。内容は、体操や創作活動、各種講演など多種多様な取り組みが各地区で行われています。

いきいきサロンの参加者は？

地区により偏りがありますが、年代は60～80歳代、性別は女性が多くなっていますが、なかには子供も参加していたり、男性の出席が多いサロンもあります。

講師の条件は？

条件は特にありません。無償で活動いただいている方もいれば有償の方もいます。また、事務局が講師依頼をした地区の会場まで送迎させていただくこともできます。その他、曜日や時間帯などご都合をお聞かせください。

※詳しくは、飯綱町ボランティアセンター

（TEL026-253-1001）

までお問い合わせください。

あおぞらスケッチ

社会福祉法人
林檎の里・あおぞら

朝夕冷え込む日々が続いています。そんな中でも利用者様はいつもとかわらず元気に過ごしています。今回のあおぞらスケッチでは、利用者様の一日をご紹介します。

午前中、皆さんは作業に取り組んでいます。作業内容はビーズの仕分けやボールペンの組み立て、その他パソコンの打ち込み、チラシ折り、針金ハンガーに毛糸を巻きつけてつくるハンディモップ作りなど様々な作業があります。その人に合わせた作業を決まったりリズムで毎日繰り返すことで、落ち着いて過ごすことが出来ます。作業終了後はパズルをする方や音楽鑑賞をする方、ソファでくつろぐ方などひとりひとり自由な時間を過ごしています。午後はドライブに出掛けたり、ボランティアの方にもご協力いただき一緒に散歩をしたりと、充実した毎日を送っています。

現在あおぞらではホール内を改築し作業室を造っています。このふれあいぽけっとNo.93が町内の皆様の手元に届くころには作業室も完成していることと思います。新鮮な気持ちで生き生きと作業に取り組む利用者様の姿が今から目に浮かびとても楽しみです。これからも利用者様と一緒に楽しい毎日を過ごしていきたいと思っています。

さんばだより

十一月の下旬、「もうちょっと頑張る！」と花が色々世ながらも、必死で紐に絡みついていた「ヘーヒッテブルー」は「へえ、種を取るかね」と育ての親の職員に刈り取られ、今さんばの廊下の大きな箱の中で種だけがザクザク日向ぼっこをしています。この種を蒔きさえすれば、あの見事な「ヘーヒッテブルー」になるのだと思ったら大間違い。こやしと愛情をたっぷりどっぷり、かけて育てることが必要です。

さて狸の溜糞ですが、この地域ではどこそこの狸が安心して用を足せる場所を見つけると、いつもその場所での用を足し続け、うんこの山ができ、それはそれは大変な臭いになるので、人間の髪の毛をまいたり（これは怖いですね）、木酢をまいたり（これもうんこと同じくらい臭いですよね）、対策をするという話を聞いたどのくらい大きな山でどのくらいの臭いになるのだろう（みてみたいもんだなあ）と頭の隅にあったのです。

ある日近所さんから「さんばに猫はくるかね」というおたずね電話があり（以前餌をくれていたのがばれた?）「この頃来ませんけれど」とお答えしたところ、近所さんの広い駐車場に毎朝猫のうんこがしてあって片付けに往生しているということでした。猫のうんこに詳しい職員は、「これは猫の仕業ではない!狸だ!」とピンときて、木酢による狸除けの策を教えてさしあげたのです。その後駐車場に何やら歩いて歩いたような跡がくつきりと残っていましたので、これで大丈夫、狸も違う場所を見つかるだろうと思っていたところ、なんとわがさんばの駐車場にどさっと木の実まじりのうんこがまっつてあったのです。どのくらい大きな山になるのかなんて言うてはいられず早速に木酢がまかれました。気が付いて見回せば、どこそこに…。さんばは狸が安心して用を足せる場所だなんて言うてはいられません。

さんばにおこしの方、念のため、お足もとにご注意くださいませ。

カレンダー配り

毎年、全戸配布を目指してカレンダーをポストに投函させていただいています。皆さまのお手元に届きましたでしょうか?風の冷たい日、小春日和の日、小雪がちらつく日。変わりやすい天候のこの時期ですが、手袋やマフラーでしっかりと防寒をしてから、カレンダーを配りに出かけています。

配っている途中、りんごの選別を行っているお宅に伺うと「りんご食べていきな!」とお呼ばれたり、大根を洗って干している所にお邪魔すると「今年の大根はうまく育ったんだよ」とご自慢のお話を聞かせていただいたり…。

平成25年は町民の方々とたくさんふれあう事ができて、楽しい時間を過ごすことができました。平成26年も、SUNは飯綱町民の方々に支えられながら「誰もが暮らしやすい町づくり」を目指していきたいと思っていますので、皆さま、よろしく願いいたします。

お問い合わせ先 **NPO法人SUN** 電話: 026-253-0133 FAX: 026-253-0166

SUN
NPO法人
あれこれ。

ボランティア・市民活動コーナー

第36回長野ブロックボランティア・市民活動交流研究集会開催

11月23日に千曲市総合観光会館を会場に長野ブロックボランティア・市民活動交流研究集会が開催され、さまざまな分野で活動するボランティアが世代や地域を超えて交流の輪を広げました。各市町村から120名を超える方々が一堂に会し、飯綱町ボランティア連絡会からは13名が参加しました。



始めに現れたのは、赤い鼻をつけた道化師。全国各地の小児病棟を定期的に訪問し、子どもたちを笑顔に変える臨床道化師の塚原^{しげゆき}成幸氏です。参加者は道化師のコミカルな動きに目を奪われ、塚原氏の発する言葉に耳を傾けました。その後、会場に集まった方の中から3名指名すると、行った演目は「皿回し」。軽々と皿回しをする道化師を横目に代表者は苦戦していましたが、最後は塚原氏が回したお皿が棒をつたって代表者にわたると笑顔がこぼれ、ポーズを決めると会場にはとても大きな拍手が鳴り響きました。

午後は参加者それぞれが希望のプログラムに分かれての活動です。分科会2では、飯綱町内でも活躍する三浦弘氏による脳トレが行なわれました。先生の「赤い札が出たらすばやく手を叩いてください。黄色い札がでたら手を叩かないでください」の声に、参加者一同「よし！」と、意気込んで取り込んでみたものの、黄色い札の時に手をたたく人や中には札が出ていない時に手をたたく人も。参加者は「あらやだー間違えちゃった」と言いながらも楽しそうに脳トレを体験していました。



***** お知らせ・募集 *****

このコーナーの内容についての問い合わせ・申し込みについては、飯綱町ボランティアセンター
(TEL253-1001・FAX253-1002)【担当：内山】までお願いします。

長野ユネスコ協会 「世界寺子屋運動」キャンペーン ～書き損じハガキ回収運動 ご協力をお願い～

世界には様々な事情により学校に行けない子供たちが約7500万人。そして学校に行けないまま大人になり文字の読み書きが出来ない人が約8億人もいます。

お寄せいただいた「書き損じハガキ(宛先を間違えたなどで未投函のハガキ)」は、日本ユネスコ協会では仕分けされ切手になり、企業などで換金され、ユネスコ世界寺子屋運動支援地等で活用されます。「学びの場所＝寺子屋」を提供し、教育を支援していくこの運動にぜひご協力ください。

書き損じハガキを提供いただける方は、飯綱町社会福祉協議会事務局(デイサービスセンターふれあいの園内)又は飯綱町ボランティアセンター(町民会館併設元気の館内)までお持ちください。

《自然育児》のススメ

「七曜日の経験」その二

一年で最も厳粛な節目を迎えました。私も気分新たに、自然育児のおススメをお伝えしていきたいと思います。

さて今回は、前回からの続きで「七曜日の経験」のご紹介。「日・月」の次は、火曜日「火の経験」です。

皆さんは毎日の暮らしの中で、どんな火と関わっていらっしゃいますか？

調理の火、暖房の火、照明の灯：家電製品に満たされた現代生活では、実は「生の火」を使うこと自体、少ないのかもしれない。

「火災」の怖さは、折に触れ子ども達に教えられています。が私は「生の火」或いは「良い（価値のある）火」の経験をひとつと積ませてあげられたら…と思っています。

レジャーならキャンプも良いのですが、自然育児から見た、或いは日常の暮らしに則ったおススメの関わりは「新年早々に行われる、里山ならではの、の火の行事『どんど焼き』」です。

大勢の人と分かち合う、大きな「生の良い火」。本当にありがたい年中行事、そして地域的な習わしだと感じています。

『どんど焼き』のいわれを含めて、どう

そご家族みなさまで「火の経験」味わってみてください。

その次の水曜日は分かりやすく水遊びなど、そのまま「水の経験」です。

木曜日「木の経験」は、植物との関わりで、草花を育てたり、遊びや工作の材料に使ったり。植物が好きな子どもなら、大人が導かなくても、自ら興味を持って、木と関わりながら育ってくれそうですね。

その次の金曜日「金の体験」はどんなことを考えますか？…お金（経済）の体験？…いいえ。もっと人の営みらしい関わりなのですが、この続きは又、次回に…。

by 唯〇母



前回まちがいさがしクイズ

★★★ 選果・出荷のうんちく ★★★

昔は出荷する為の選別作業を1つ1つ人の手で行っていました。現在、大きな選果場は機械で選別します。大きさだけで選別するのではなく、光センサーで糖度・酸度・内部の障害まで測定し、選別しています。強い光を当て、透けて届いた光の波長や量を測定することで選別しています。

平成24年度のりんごの出荷量は70万8400トンで1位は青森県の40万2600トン、2位は長野県で14万6300トンとなっており、青森県と長野県の上位2県だけで全国の約8割を出荷していることになります。

第91回

まちがいさがしクイズ解答

答え 「箱を持つ人の目」
「やかんから出る湯気」
「中央の箱の中のりんごの数」
「りんご箱の『ご』の文字」
「ダンボールの針の数」

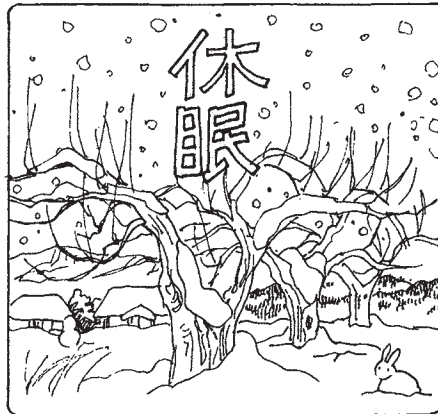
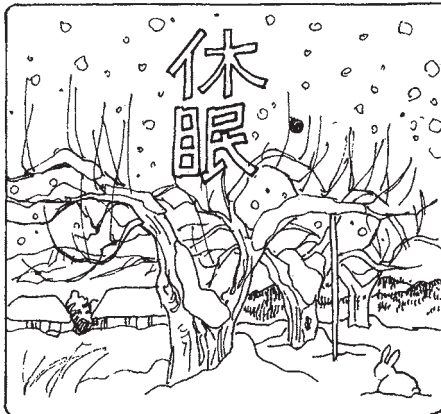
仲俣	淳	様
羽入田	當子	様
原	敏男	様
大川	幸子	様
大川	健幸	様

上記の皆様が当選されました。



まちがいさがしクイズ

—第92回— 今月も「まちがいさがしクイズ」に挑戦
正解者の中から5名様には素敵な景品をプレゼント!



50 389-1201

飯綱町芋川181
飯綱町社会福祉協議会
「まちがいさがしクイズ係」

- ・こたえ
- ・じゅうしょ
- ・なまえ
- ・でんわばんごう
- ・今月号の感想など

左右の絵を見比べて
5つの間違いの答えが
わかった方は、左記の
要領でご記入の上、ご
応募ください。締め切
りは、1月15日です。

【消印有効】

※第91回まちがいさがしクイズの答えと当選者の発表は前ページに掲載してあります。

匿名	100,000円	匿名	23,130円
仲俣 孝志様	米 100kg	組合ピーチロード	むーちゃん
匿名	米 30kg		



地域福祉の推進に
活用させていただき
ます。
ありがとうございます

寄付

新 くらげ 5
こはやしひろみち



りんごのつぶやき

思い通りにいかないとか、誰かのせいで散々な目に遭ったとか、忙しいのに次々と用事を言いつけられたとか、毎日会社勤めをしているとついイラッとして不機嫌になってしまふことがよくあります。「不機嫌な時ってとても酷い表情なんだろうな」って思うこともあるけれど、自分の表情は鏡でも見えない限り判りません。そんな酷い表情を周りに撒き散らしていれば、周りの人もみんな不機嫌な表情になってしまいます。いつも不機嫌な表情の人には声をかけ辛くなります。どうすれば笑顔を保てるでしょうか。

だいぶ前、研修会の講師先生から「仕事で人に会うときは笑顔がとても大切、だから鏡の前で毎朝、『ウイスキー』と言ってみてね。毎日やっていれば笑顔が作れるようになりますよ」って教わったことがある。「ウイスキー」と口に出せば自然と口元が横に広がるので、周りの人には笑顔に見える、ということだ。以来、自分も笑顔を忘れそうな時、意識して「ウイスキー」と言うよう心掛けています。

また、ある方はこんなことも言っていた「よく『自分分は不細工だ』とか言って自分の顔のつくりを恨む人がいますが、手術でもない限り顔のつくりは変えられません。でも、表情ならば自分の心掛け次第でいくらでも変えられます。どんな人でも笑顔であれば、自分も周囲もみんなが幸せな気分になれます。顔のつくりはあまり関係ありませんよ」と。

嫌なこと、つらいこと、イラッとすること、いろんなことがあるが、どんな時でも笑顔だけは忘れずにいたい。そのために毎朝毎朝、鏡の前で「ウイスキー」と言おう。