

ふれあいぽけっと かわいぢりりか

題字

牟礼西小学校1年

2018

3/30

No.144

HUREAI POKETTO



「鬼も仰天!?白鳥が舞い降いた!!」 ～わらび会 節分行事～

今回のわらび会は、一年の無病息災を願い、参加者の皆さんで豆まきを行い、「やしょうま」を召し上がりました。お楽しみレクリエーションの時間では、皆さんのもとへ「福」が舞い降りますように、との願いをこめて職員が「白鳥の湖」の踊りを披露しました。

●●●主な記事●●●

- P 2 ボランティア市民活動コーナー
地域福祉フォーラム開催
- P 3 地域住民の力で生活環境を改善
- P 4 今後の予定
お知らせコーナー
- P 5 自然育児のススメ
いいづなの事業所紹介
- P 6 まちがいさがしクイズ
新 ささらばさら(④コママンガ)
りんごのつばやき

ボランティア市民活動コーナー

「ボランティアのつとめ」開催!!

町内で活動するボランティアグループが一堂に会し、日頃の活動発表及び交流会が2月18日に行われました。各グループの一年間の活動成果の展示や発表があったほか、小物づくりボランティアの会より講師をお呼びし、参加者全員でのユニット素材を使ったオリジナルペンダントの作成や、飯綱コーラス部の皆さんの素敵な歌声に合わせ、手話サークルむれの皆さんとのコラボレーションで、歌を手話で表現するなど充実した内容でした。このつとめからは、それぞれのボランティア活動を通して、活動の楽しさや地域づくりの大切さを感じると同時に、活動の充実感や喜びも感じ取ることができました。各グループの活動の様子は、今後「ボランティア市民活動コーナー」で紹介させていただきます。お楽しみに!

第12回地域福祉フォーラム開催

今年は、NPO法人「ハッピースポーツクラブ」代表の高山さや佳氏と、一般社団法人健康福祉広域支援協会代表理事で理学療法士の中村崇氏を講師に迎えました。

高山さや佳氏からは、「人は人と共に生きてこそ」と題してお話いただきました。高山氏は、年齢や障がいの有無にかかわらず、誰もが尊厳をもって接することができる社会を目指し、千曲市に「こちやまぜカフェ」というコミュニケーションカフェを立ち上げ、様々な人々の交流の拠点になっています。介護職員として働いていた際に、認知症を抱える利用者から勇気をいただいたことや、統合失調症を抱えた少女とのかわりについてから、すべての人を「ありのまま」に受け入れる「こちやまぜ」の社会をつくるっていくことへの重要性についてお話をいただきました。

中村崇氏は、「脳トレ・筋トレ・笑

いトレ」と題し、都心から離れた飯綱町の地域性やこれからの高齢者のあり方をユーモアたっぷりにお話されました。また、人は背中の肩甲骨の間をさすると安心すると言われ（オリンピック選手などもスタート前に実践しているそうです）、参加者同士で背中をさすったり、手を使った簡単な脳トレを行ったりと、賑やかで笑いの絶えない講演会となりました。人とのつながりを通し、「暮らしにいてよかったと思える地域」「楽しいと思える場所」をつくることへの意識が芽生えたようにも感じました。

最後は高山氏と中村氏のディスカッションが行われ、「身近な地域づくりは挨拶から」「支え合いとは行動が先」などといったキーワードがあげられ、今後の地域づくりを考える際の一助になりました。「いいづなまぢが、よりいいづなまぢがあるまちへ」を合言葉に、これから取り組んでいければいいですね。



↑飯綱町ボランティア連絡会の皆さんによる寸劇「仲間づくり WA 地域づくり」を披露!!



↓参加者の皆さんからご意見をいただきながら、ディスカッションが行われました。



地域の皆さんの力で生活環境を改善！

自宅に物を集めてしまい、日常生活を送る事がままらなくなってしまうあるお宅の生活環境改善に向け、現在地域の皆さんのお力をお借りしながら、片付け作業を行っています。

こちらのお宅では、始めのうちは自分で整理、片付けを行う事ができていましたが、怪我や病気などの理由により、自分では整理ができなくなっていました。



物を集めてしまう事情は人それぞれで、それらは大切な思い出がある物と思われますが、無造作に放置されればゴミとなってしまいます。片付けは本人の責任で行う事が原則ですが、それは環境改善が進まない事情でもあります。

今後も介護保険サービスや民間の片付けサービス等を併用しながら、地域の皆さんのお力添えをいただきたいと思います。

個人が抱える問題は、地域全体が抱える問題としてとらえ、地域の皆さんと専門職が共に力を合わせ、取り組んでいきたいと考えております。ご理解・ご協力よろしくお願い致します。

お問い合わせ：飯綱町社会福祉協議会 居宅介護支援事業所 ☎253-2680





**平成30年度春秋の
古紙回収のお知らせ**



29年度は大勢の皆様のご協力により約20tもの古紙が集まりました。30年度も左記のとおり実施します。ご協力をお願いします。

◆回収日
春 5月8日(火)
秋 10月5日(金)
※いずれも午前8時30分まで
(時間厳守)

◆回収できるもの
広告紙、牛乳パック、包装紙、カレンダー、カタログ、封筒、コピー用紙、はがき、アルミ付き紙パック等

◆回収できないもの
新聞紙、ダンボール、週刊誌、マンガ本

※こちらは町の古紙類回収日にお出してください。

◆回収場所《西地区》
袖之山 公民館玄関前
上村 公民館玄関前
古町 ゴミステーション
野村上 公民館玄関前
高坂 ゴミステーション
中宿 倉庫前
横手 ゴミステーション
夏川 コミュニティセンター
地蔵久保 公民館玄関前

◆回収場所《東地区》
平出 集落センター
福井 集落センター
坂上 公民館玄関前
東黒川 倉庫前
四ツ屋 資源置き場
栄町 コミュニティセンター
番匠 公民館玄関前
福井団地 コミュニティセンター
小玉 公民館玄関前
牟礼 公民館玄関前
西黒川 コミュニティセンター

東高原 天狗の館
北川 ゲートボール場
坂口 ゲートボール場横
坂口 坂口バス停 収集場

回収日には、旧牟礼中央保育園にて8時30分～16時まで作業を行なっておりますので、直接お持ちいただいても結構です。

◆お問合せ
古紙のリサイクルを考える会
電話253-7552(荒井宅)
253-3064(小林宅)

★ ★ ★ 今後の予定 ★ ★ ★

4月 8日 (日) 春の一斉清掃

4月16日 (月) オレンジカフェ

4月 9日 (月) スロージョギング

4月26日 (木) わらび会



スロージョギングをはじめてみませんか??



スロージョギングとは、隣の方と話ができるくらいの速度で行うジョギングのことです。

疲れる手前の状態で走りながらも、高い運動効果（生活習慣病予防・ダイエット効果・脳の働きや基礎体力向上など）が得られると言われています。

運動経験が無い方でも気軽に始められます。多くの方のご参加をお待ちしております。

●開催予定日

4月 9日 (月)	5月14日 (月)	6月11日 (月)	7月 9日 (月)
8月 6日 (月)	9月10日 (月)	10月 1日 (月)	11月12日 (月)
12月10日 (月)	1月21日 (月)	2月18日 (月)	3月11日 (月)

●会場 飯綱町民会館 ホール（飯綱町牟礼1989）

●時間 午前9:00～10:00 ●参加費 無料

●その他 上履き・タオル・飲み物等をお持ちください。



※参加を希望される方は、当日会場に直接お越しください。事前の申し込みは不要です。

●お問い合わせ：飯綱町社会福祉協議会 ☎253-8456



平成30年度オレンジカフェ開催のお知らせ



オレンジカフェ（認知症カフェ）とは…

『認知症の人と家族・地域住民・専門職など、誰もが参加でき、人と人との繋がり、お話や情報交換などができる場所』となっています。普段話せないことなど、この機会にぜひお話し下さい。



●開催予定日

4月16日 (月)	5月21日 (月)	6月18日 (月)	7月17日 (火)
8月20日 (月)	9月18日 (火)	10月15日 (月)	11月19日 (月)
12月17日 (月)	1月21日 (月)	2月18日 (月)	3月18日 (月)

●会場 飯綱町民会館 元気の館 つどいの部屋（飯綱町牟礼1998）

●時間 午前10時00分～11時30分 ●参加費 各回100円（お茶代として）

●お問い合わせ：飯綱町社会福祉協議会 ボランティアセンター ☎253-1001

《自然育児》のススメ 飯網町②

お薦めしている「自然育児」ですが、実は大きな落とし穴があります。それはエゴです。

説明すると、価値としての「自然育児」を最優先させてしまふ、といった感じでしょうか。例えば地区の集まりなどで用意されるプレゼントをどうするか・・・。

「自然育児」を優先させると、自分が用意する側の時は良いのですが、そうでない場合は①プレゼントは受け取らない、或いは②そういう集まりには参加しない、という選択をしてしまいがちです。実際、「自然育児」に凝り固まっていた頃の我が家が、そんな感じでした。工夫できらく子供を悲しませていたかも知れません。

我が家の工夫は、ひとまず家へ持ち帰ることでした。これは出先でむやみに開封しない「駄」としても、重宝しました。

家に帰ってからはというと、食べ物なら代わりの物を用意し、物なら使わない（やがて、リサイクル・リユースへ回し・・・）。子供へは、「アレルギー」や「今家で使っている（類似の）物が壊れたらね」と説明していました。

判断基準は「自然育児」ですが、それ以上に大切なのは、やはり「子供どうしの関わり」や「一緒に育ち合う仲間達」です。

つづく
by 唯〇母

飯網町の事業所紹介

《社協以外の事業所を紹介します》

NPO法人さみずさんばだより

さんばの玄関戸を開けると、名札のつけられたご利用者の靴と、名札なしの職員の靴がきちんと並んでいます。昔、地域の御長老から、「公会堂に大勢集まる時は、靴を揃えて脱がないで、あちこちに片方ずつ脱いどくに限る。そうすると間違えて履いて行かねえから。」どっかへいつちまってもいいようなやつ（靴）をはいていくに限る「洗濯バサミで、挟んどくんさ」と、素晴らしい工夫をお聞きしたことがあります。なるほど、下駄箱がなかったころ、公民館の玄関のたたきに所狭しとよく似たような靴が脱いでみると、帰りには、よっぽど目立つ、特徴のある靴でないとどれが自分の靴やら目移りがして、「仕方がない一番いいのを履いて帰るか」となりますよね。さんばでは、ご利用者の靴が、わからなくなっただけはいけないので、お一人ずつ名札付クリップを利用しています。これで一安心。ところがまさか職員が・・・次回に続く。

「さんば」 電話：2553-6390

第142回 まちがいさがしクイズ解答

答えは・・・

- ① 子どもの上着の裾
- ② お母さんの左手の指
- ③ お父さんのメガネ

若井田 真理子 様 / 外谷 袈裟男 様 / 風間 和夫 様

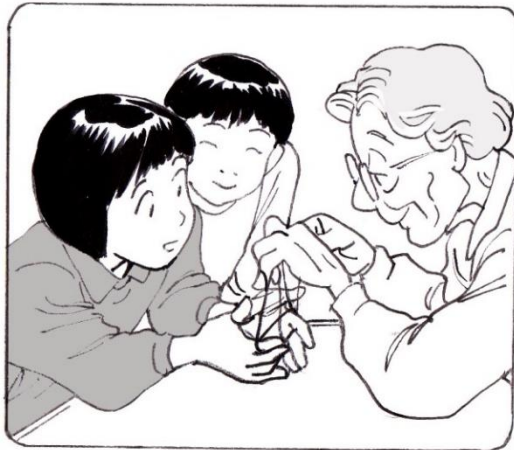
飯田 ゆかり 様 / 小林 晴恵 様

上記の皆様が当選されました。おめでとうございます。

当選された方の景品につきましては、飯網カード協同組合からのご協力をいただいております。

Q まちがいさがしクイズ♪

—第143回— 今月も「まちがいさがしクイズ」に挑戦
正解者の中から最大5名様に素敵なお楽しみプレゼント!



※第142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。

ハガキ表

62 389-1201

いいづなまちいもがわ
飯綱町芋川181
いいづなまちしゃかいふくしきょうぎかい
飯綱町社会福祉協議会
「まちがいさがし」

ハガキ裏

・答え
・住所
・名前
・電話番号
・今月号の感想、自然
育児のススメでとり
あげてほしいテーマ
などについて

左右の絵を見比べて3つの間違い
の答えがわかった方は、左記の要領
で記入の上、ご応募ください。社協
ホームページクイズ応募フォーム
又は社協来所による応募も受け付
けております。(町内在住の方に限
ります) 締切りは、4月16日(月)
です。【消印有効】多くの皆様のご
応募お待ちしております。

社協ってなんだ?? 気になる
方は、下記より簡単アクセス
できます。ぜひご覧ください。

▼▼▼▼▼

飯綱町社協 HP Instagram

寄付

松橋 辰雄 様
50,000円

匿名 様
10,000円

ブルーベル 様
50,000円

仲俣 孝志 様
お米 100kg

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。



りんごのつぶやき

どうしたら若者がボランティア活動にも
っと参加するようになるか、職場でそんな話
し合いをした。もっと若い人にも活動に関わ
って欲しいけど、でも彼らにどう接近すれば
いいか判らない、という活動者が何人もいた
からだ。

先日参加した社協職員やNPO関係者の
勉強会でも若者のボランティア活動参加が
話題となった。ボランティア活動意欲がある
若者でも、実際に活動したい時にどこへ訊け
ばいいか判らないんじゃないか、とか、今の
若者はツイッターなどSNSで情報を収集
しているから、SNSでPRすればボランテ
ィア活動をする若者も増えるだろう、とか、
学校時代のボランティア活動で感じた負の
イメージが原因だ、とか、狭い意味の福祉や
環境以外にもボランティア活動があること
を伝えるべき、とか、様々な意見が出た。

かつての青年団活動では、10代20代の若
者が日々生まれる生活課題に向き合い、「こ
の悩みをみんなで解決しよう」と、勉強会な
ど様々な活動を自ら立ち上げ、自分たちが主
体となり解決に向けて努力していた、という
話を聞いたことがある。若者の悩みにて、例
えば人間関係、例えば恋愛、例えば就職、例
えば勉強、でも多くの人がイメージするボラ
ンティア活動は、福祉施設・災害・町おこし・
環境保護・国際交流…みたいな内容ばかり。
それはそれで大切だし楽しいだろうが、それ
だけを伝えていても若者は振り向くだろう
か。若者の悩みを若者自身が解決するボラン
ティア活動もあるよ、って言っていかなければ
と思った。