

ふれあいぽけっと 来るべき未来

題字 牟礼西小学校1年

2014
7/31

No.100

HUREAI POKETTO



ボランティアがまちづくり

『アジサイで地域を元気に!』をスローガンに今年で4回目を数えるアジサイ植栽イベントが飯綱東高原で開催されました。

植栽の担い手は町内の151名のボランティア。都合7000株を超えるアジサイが咲き誇る姿を頭に描き、快晴の下楽しそうに作業を進めていました。

東高原に行くときはぜひボランティアの方々が植えたアジサイをご覧ください。

●●●主な記事●●●

- P2 さみずの郷から、こんにちはむれデイ「機能訓練」
- P3 第9回いいづなふれあい広場生活支援員養成講座
- P4,5 平成25年度ボランティアグループ数・活動者《報告》
- P6 社協スケジュール
- いいづなの福祉事業所紹介
- P7 自然育児のススメ
手をつなぐ育成会トークタイム
- P8 まちがいさがしクイズ
新 ささらばさら(4コママンガ)

『さみずの郷から、こんにちは！！』

デイサービスセンターさみずの郷では、より地域に開かれた施設を目指して下記の日程で【盛夏の見学会】を行ないます。



日時：8月9日(土)、10日(日)
午後2時00分～4時00分まで

場所：デイサービスセンター
さみずの郷
(飯綱町芋川1209番地)

電話：253-8882(さみずの郷小林)

参加申し込み等不要です。当日、会場までお越しください。希望に応じ送迎も行います。不明な点などございましたら上記までお問い合わせください。

どんな所かしら？料金はおいくら？お風呂は大きいのかしら？職員は美人かしら？と疑問をお持ちの方等いらっしゃいましたら、一度お気軽にお立ち寄り下さい。優しい職員が(ホントに?)優しく対応させていただきます。

また、さみずの郷では季節ごとに趣向を凝らしたレクリエーションを行なっています。

例えば、春にはふきったま(ふきのとう)を採り、おやつにふきみそのこねつけを作ったり、夏には朝顔を窓辺に這わせて、緑のカーテンを作ったり、秋には車に乗り込み、紅葉狩りに出掛けたり、冬にはみんなで漬物を漬けて一緒に食べたりなど楽しい行事が目白押しです。

ぜひ、見学会にお出かけください。



むれデイサービスセンター 新しい「機能訓練」はじめました。

6月下旬より、むれデイサービスでは「機能訓練※」にトレーニングマシンを導入しました。機能訓練は、ご利用者様がより良い生活が送れるよう、専門の職員がご利用者様一人ひとりにあった内容を計画し、その計画に基づいて実施しています。

マシンを体験されたご利用者様からは「想像より大変じゃなかった。終わった後は身体が軽くなった気がする」「最初はこわい感じがしたが、やってみると楽しかった」「(膝の曲げ伸ばしを10回ずつ行った後)10回だけ?30回はできる！」など好評をいただいています。

※新しく導入したトレーニングマシンの一部をご紹介します



←ひざ伸ばし・ひざ曲げ
両膝に負荷をかけて上げ下げの運動を繰り返し行います。
○歩行動作や階段昇降の改善、立位保持。ひざ関節周囲筋群の維持。



←開脚・閉脚
両膝に負荷をかけながら開いたり閉じたりを繰り返し行います。
○歩行動作の安定とまたぎ動作の改善。片足立ちの安定。立位姿勢の安定。排泄動作の改善。

※病气・怪我・老化などで喪失または減退した機能を回復するために行う、運動療法などの訓練。

第9回いづなふれあい広場開催

7月13日(日)、福祉のお祭り「いづなふれあい広場」が町民会館で開催されました。

当日の天気予報は曇りのち雨。早朝から時折小雨が降り、午後からの開催に向けて準備を進めてきた実行委員からは大勢の方に来場いただけるのか不安の声が聞こえてきましたが、開会後は徐々に雲の谷間から太陽も顔を除き、1,150名もの方に来場いただくことができました。

来場者は、ステージや様々な遊び、食べ物、体験のブース、来場者同士の交流を思い思いに楽しみ、笑顔でいっぱいのお祭りになりました。



▲東北地方の早期復興を願って募金も



▲交流ゲームはベビーカーに車いすに乗った方も楽しく参加



▲会場中がうっとり♥ベリーダンス

第9回ふれあい広場を開催するにあたり格別のご高配を賜り誠にありがとうございました。皆様のご支援によりまして円滑な運営ができましたことを報告申し上げ、厚く御礼を申し上げます。

ふれあい広場協賛企業一覧【順不同・敬称略】

ながの農協・長崎電機商会・三日月庵・食事処世界一・明月堂・オーガニックリゾート(株)・美容室 fujisawa・さかえや飯店・かどの三河屋・(株)サンクゼール・ニチアスセラテック(株)・飯綱町ふるさと振興公社・富士通労働組合総合センター・長野信用金庫飯綱支店・セブンイレブン三水普光寺店・(株)ツチクラ住建・わかば堂薬局・ウエルシア関東株式会社飯綱平出店・味処ふじよし・レストランルック・チアさみず

※岩手県山田町の支援を目的とした義援金募集の結果は本紙8ページに掲載しています

生活支援員養成講座 受講者募集

― 飯綱町成年後見制度普及啓発事業 受託事業 ―

高齢者の増加、家族規模の縮小などにより、飯綱町でも判断能力が不十分な方など地域のサポートを必要とする住民が益々増えていくことが予測されます。

そのため飯綱町社会福祉協議会では、認知症や障害により自分で判断することが不安な方の財産や権利を守り、生活を支えることができる地域づくりのため「生活支援員養成講座」を開催します。日常生活自立支援事業や成年後見制度など住民の権利を守る制度や対人支援の方法を学ぶ講座です。大勢の参加をお待ちしています。

■日 時	公開講座	平成 26 年 8 月 7 日(木)	14:30~16:00
	養成講座①	平成 26 年 8 月 18 日(月)	14:00~15:30
	養成講座②	平成 26 年 8 月 28 日(木)	14:00~15:30

■会 場	公開講座	飯綱町健康管理センター
	養成講座	飯綱町 元気の館 つどいの部屋

■参加対象者
民生児童委員協議会／地区福祉推進委員会／当事者団体／福祉サービス事業者／地域住民
※養成講座は全課程（2日間）に出席できる方を対象

■定 員	公開講座	80名
	養成講座	20名

■参加費
無料

■申込み締め切り
平成 26 年 8 月 5 日（火）

■申込み・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
TEL 253-1001 FAX 253-1002

※詳しい内容については上記までお問い合わせください

平成25年度ボランティアグループ数・活動者《報告》

飯綱町内には、生活のお手伝いをしたり、演芸で笑顔をつくったり、環境美化を行ったりなど、様々な個人・団体のボランティア活動があります。国が進める「地域包括ケアシステム[※]」の構築にも、ボランティアが重要な役割を担うものと位置付けられています。平成25年度10月現在、飯綱町社会福祉協議会把握のボランティア状況は下記の通りです。

※介護が必要になっても住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう、住まい・医療・介護・予防・生活支援が一体的に提供されるシステム。地域の自主性や主体性に基づき、地域の特性に応じて作り上げていく。

項 目		把握している数
個人ボランティア	人数(A)	66名
ボランティア活動を主目的としている団体	団体数(B)	27団体
	所属人数(C)	1052名
ボランティア活動を主目的としていない団体	団体数(D)	13団体
	所属人数(E)	317名
合 計	団体数(B+D)	40団体
	人数(A+C+E)	1435名

資料：平成25年度ボランティアグループ数・活動者数調査より

飯綱町のボランティア活動紹介！

今回、町内のボランティアのうち飯綱町社会福祉協議会・ボランティアセンターに登録している個人・団体の活動の一部を紹介します。(紙面の都合上、主だった活動のみ掲載しています)

こぶし会

特別養護老人ホーム矢筒荘周辺の環境美化活動や防寒着「ねこ」の制作などを行なっています。

手話サークルむれ

各種イベントでの手話通訳や手話の学習、聴覚障害者との交流をしています。

矢筒サルビア会

町民会館西側の土手にサルビアで町章を作っています。男性が多く所属しています。

人生夢研究会

会員の特技を活かし教育現場等で、ものづくりの活動支援を行っています。男性が多く所属している団体です。

救急員連絡会

防災訓練の参加。災害援助などの研修会参加や救急関係の講習会を定期的開催しています。

小物づくりボランティアの会

断ち残りの布や衣類などを(再)活用し小物を作り、福祉施設利用者に誕生日プレゼントを贈っています。

花づくりボランティアの会

町民会館敷地内の花植えやその管理など環境美化を行なっています。

古紙のリサイクルを考える会

カレンダー、牛乳パック、広告紙等を回収しています。また、再生紙の普及に関する活動もしています。

婦人会

災害時の炊き出し、飯綱病院周辺の環境美化、小学校へ雑巾の寄付等を行なっています。

商工会女性部

チャリティバザー、地域の環境美化等を行なっています。

デイサービスボランティア

デイサービスの利用者との会話やお茶出し、入浴後のドライヤー掛けなどを行なっています。また、外出を行なう場合の付添いやお菓子作りなども行っています。

アルミ缶ボランティア

アルミ缶を専用の機械で潰し、その収益により、福祉施設に備品を寄贈しています。

三水手話サークル

聴覚障害の方と交流したり、一緒に楽しみながら手話を学んでいます。

子どもの安全みまもり隊

児童の登下校時に横断歩道に立ち交通事故等が起きないように安全の確保を行なっています。

生活改善グループ協議会

自家用農産物の加工(味噌・豆腐・ジュース)、料理や生活改善の研究及び指導を行なっています。

街中サロン運営ボランティア

街の真ん中に地域の皆さんが気楽に集える場所(サロン)をつくるため、毎月第2・第4金曜日の午前9時30分から11時30分まで飯綱福祉センター1階ロビーでサロン「楽らく」の運営を行なっています。

マージャンボランティア

定期的に福祉施設で利用者と一緒に麻雀を行なっています。

わらび会

70歳以上の一人暮らしと75歳以上の高齢者世帯を対象とした「昼食会」(年6回)の食事作りや昼食会開催後の参加者の買い物支援(付添い)等を行なっています。

飯綱町赤十字奉仕団

「炊き出し班」「救護班」で構成され、防災活動、被災地救援活動などを行なっています。

除雪ボランティア

通学路の確保のため道路の除雪を行なっています。

傾聴ボランティア

一般家庭や福祉施設で傾聴※を行なっています。
※コミュニケーションスキルの一つ

レクリエーションのボランティア

町内福祉施設やいきいきサロンなどで楽器演奏やマジックショー、バルーンアートなど様々な催しを行なっています。

がたく塾運営ボランティア

町内の小学生を対象としたがたく塾の計画・運営を行っています。

**飯綱町社会福祉協議会 新役員紹介** (任期：平成28年6月30日まで)**理事**

会長：井澤 一夫 副会長：近藤 邦彦
相澤 壽・金箱 みさ子・田中 昇一・塚田 實・藤村 出・宮本 久子・森野 佳宏・
吉澤 文子・吉田 武彦・若林 俊昭

監事

岩下 行雄・山岸 雅実

苦情解決第三者委員 (任期：平成27年8月31日まで)

戸谷 明子・藤本 豊春・増田 れい子

【敬称略】

飯綱町社会福祉協議会 予定【8月】

月	日	曜日	内容	月	日	曜日	内容
8	21	木	わらび会	8	26	火	介護者のつどい
	22	金	在宅介護リフレッシュ事業		29	金	飯綱町赤十字奉仕団 長野県支部視察研修
	22	金	街中サロン「楽らく」		29	金	今から考える、老いの支度講座

ニチイケアセンターいづな日記

温かな日差しと、鮮やかな緑の山々が飯綱の夏を感じさせます。

少し前になりますが、毎年恒例の外出レクリエーションで、「丹霞卿」へ桃の花を見に行きました。天候にも恵まれ、桃の花をバックに「はい、ポーズ」。多くの笑顔を見ただくことができました。

また、牟礼西小学校の児童たちがセンターに遊びにきてくれました。センター内が児童たちのパワーで充満し、ご利用者の笑顔を引き出してくれました。やはり、小学生の力はすごいですね！今後も、交流をしていただけたらと思います。

毎月一回、「ニチイケアセンターいづな」では、見学会を行います。6月は民生委員、7月は信濃町の方々にお願いいたします。小規模多機



◀ 桃の花をバックにハイ、チーズ！

能型居宅介護施設の特徴や施設内をご案内させていただきました。多数の質問をいただき、センターの機械浴等の設備について興味をお持ちになる方がいらつしました。

町民の方々にも見学していただけるような月も検討しております。その際は、チラシを作ってお配りしますので、ぜひお越しいただければと思います。

NPO法人 SUN 草刈り隊と後方支援隊

新緑眩しかった時期があつという間に過ぎ去り、夏の日差しに目が眩む様な季節になってきました。こうなると、足元の草も勢いよくのびてきますね。6月から10月まで、SUNの利用者様は草刈りで大忙し！ほぼ毎日、どこかで草刈りの仕事を請け負っています。

ビーバーや鎌、草刈りはさみを使って草刈りを行う『草刈り隊』が外へ出かけている間、『後方支援隊』は作業場で冷たい麦茶や冷たいタオルを用意しています。仕事が終わり返ってくる時「お疲れ様！」「暑かったでしょう！」「がんばったね！」「ありがとう！」と笑顔で迎え入れ、仲間の健闘を称えあい、お茶とタオルを差し出し、その場の雰囲気を楽しいものへと変化させていきます。何気ない一コマですが、その光景を見るたびに仲間を支えあいながら仕事をすすめていくものだなあとつくづく感心させられます。

身体を動かすことを得意とする『草刈り隊』、おもてなしを得意とする『後方支援隊』。絶妙な協力体制で今日もどこかで草刈りをしています。

お問合せ先 NPO法人SUN

電話 026-253-0133

FAX 026-253-0166

《自然育児》のススメ

『泣くことぞの二』

前回は「赤ん坊」についてお伝えしました。今回は少し大きくなり、賢くなった子どもの泣き方、心身のエネルギーをめぐって使った「やんがんじ」についてです。

例えば出先から帰る時や買い物途中など、大人に止められそのな要求を持った場合(特に眠かったり、お腹が空いていたりだ)泣きながら怒ったり騒いだり・・・皆さんも経験したか、見たことのある光景がもしもありませんか。

さて、わが家の「やんがんじ」失敗例。手っ取り早く解決するつもりで①子どもの言いなりになつたり、②子どもに負けないくらい怒ってみたり・・・でも次は、もっとうひい「やんがんじ」を起しやわつしまつました。

後「育児学」に触れ理屈として納得しましたが、①や②の関わりは泣くことが子どもの「武器」になり、大人が根負けするパターンができてしまつたのです。そこで「やんがんじ」対策のおススメを一つ。子どもの目を見な

がら、穏やかな短い言葉(「もう帰る時間だよ」「買わないよ」など)を伝え、その言葉を静かに実行するようをお試しくたさい。

この穏やかな言葉と行動は、子どもに簡単な事実(帰る時間や買わないこと)を伝え、大人が巻き込まれない(感情的にならない)ための「防衛」にもなります。

すぐに効果は現れないかも知れませんが、けれど本気で「やんがんじ」を止めたいと思ったら、ぜひ続けてみてください。子どもは、大人のゆるがない姿を見て、気持ち切り替えてしまいます。

それからもう一つ。「やんがんじ」になる前、子どもの自然なリズム(眠い、お腹が空いた)を優先させることも忘れなく。

生命が成長する『夏』を迎えました。しばらくは、身体の育ちに集中させてあげたいと思います。

b y 唯 O 母

※やんがんじ・・・泣いて周りを困らせようとする子どもの様子。ただこれね。類似語に「ぞせほい」。

飯綱町手をつなぐ育成会

トークタイム@飯綱町りんごパークセンター

6月25日(水)午前中、手をつなぐ育成会の呼びかけによって、『手をつなぐ育成会トークタイム』が開催されました。これは、近隣自治体の保護者同士が子育てや悩みごとを話し合えるサークルを参考にしたもので、町内の保護者からの「気軽に集える場が当町にもあったら」の声にこたえる形で行われました。

本活動には手をつなぐ育成会員のほか、NPO法人SUN、行政、社協の職員と一般参加者が集まり、保護者の方々が抱える困りごとについて話しました。

参加人数は少なめでしたが、保護者の方々からの近況報告やNPO法人SUNの障害児支援専門の方からの助言など、積極的に情報交換がなされました。

今回の活動を契機に保護者同士の手ながりが広がるのが期待されます。



第98回 まちがいさがしクイズ解答

答え

「枝にとまる鳥」

「林にいるキツネ」

「中央にいるうさぎ」

「小玉古道の《玉》の文字」

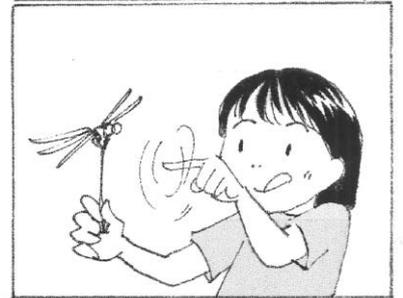
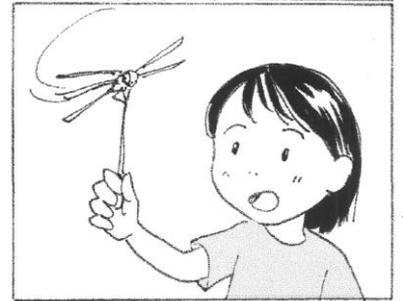
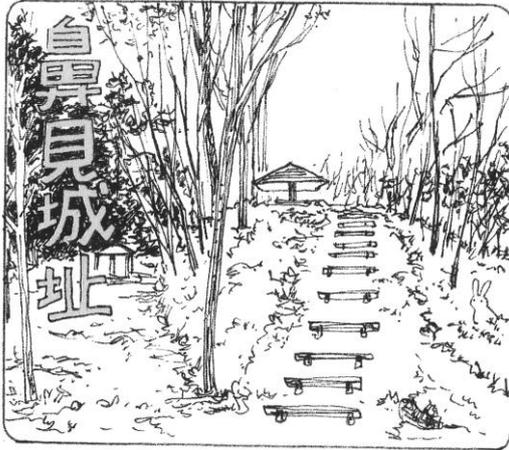
岡村 孝雄様 / 高橋 きよ様 / 武井アサノ様

原田 初子様 / 宮沢ヒロ子様

上記の皆様が当選されました。おめでとうございます。

Q まちがいさがしクイズ

—第99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名様に素敵な景品をプレゼント!



※第98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
52 389-1201
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」

ハガキ裏
・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。(町内在住の方に限る) 締め切りは、8月14日です。
【消印有効】

義援金は、飯綱町ボランティア連絡会をはじめ町内の個人及び団体が継続的に支援活動を行っている山田町の復興活動に充てられます。
ご協力ありがとうございました。

- 援金報告
岩手県山田町復興支援義
援金報告
総額 98,187円
(内訳)
募金
37,759円
バザー
33,528円
鍛冶工房
7,200円
小物づくり
16,700円
花屋さん
3,000円

りんごのつぶやき

戦後生まれの者なら幼い頃から家族や近所の人、学校の先生、そして周囲の大人達から戦中戦後の体験談を何度も聞かされたのではないかと。私も体験者本人からたくさん聞かされた。
東京大空襲の夜、入院中の病院の窓から遙かに東京方面を眺めたら夜空が炎とサーチライトに照らし出され、花火のように恐ろしく綺麗だったという話、都会から集団疎開してきた子供らをみんなだからだったという話、授業で吾亦紅(われもこ)を集めた話、蛇や兔を食べてしのいだ話、勤労奉仕でダム工事に動員されたが結核で十分働けなかった話、満蒙開拓青少年義勇軍として満洲国に渡ったが最後はソ連兵に捕まった話、「御国の為に」などと偉そうに話していた学校の先生が終戦を境に雲隠れしてしまったという話、松代で朝鮮人を粗末な飯場に住ませ大本営建設を進めた人が終戦で中断したという話、兄がゼロ戦で出撃し行方知れずになったという話、終戦時に近所の朝鮮人が「マンシー！」と叫んでいたという話、今の長野赤十字病院付近が機銃掃射され、連れていた大切な牛が目の前で銃弾の直撃を受けて木っ端微塵に飛び散ってしまったという話、電球に灯火管制用の覆いをかぶせ息をひそめて過ごした話、病気を患いみんなに国賊呼ばわりされた話、そして締めくくりはいつも「もう戦争はこりこり」「今の連中はあの苦しい時代を知らないが…」だった。
そんな体験談を聞かされてもなお「日本を守る覚悟」が必要だと叫ぶ人もいるが、では先の大戦で日本は何を守り、何を失ったのか、今後我々はどうすべきか、生き証人の方々ぜひ教えてください、今こそあなた方の出番です。