

# ふれあいぽけっと

今月の題字  
三水第一小学校 一年

おんだちかこ さん

【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: iizuna-shakyo@bh.wakwak.com



(写真) 炎天下、毛皮のコートを着たクマさんを車イスに乗せて会場を歩くこども。

## ☆主な記事☆

- ◆いいつなふれあい広場特集①
- ◆いいつなふれあい広場特集②
- ◆飯綱町社協施設あないその③
- ◆ボランティアコーナー
- ◆秋の古紙回収のお願い
- ◆安心暮らしのワンポイント
- ◆いいつなの事業所紹介
- ◆まちがいがしがクイズ
- ◆新 ささらばさら (4コママンガ)
- ◆りんごのつぶやき

7月15日、飯綱町民会館を会場に「第7回い  
いづなふれあい広場」が開催されました。

この「いいつなふれあい広場」は、人と人との  
交流、元気な町づくりなどを目的としてボランテ  
ィアで組織される実行委員会により毎年開催され  
ています。

晴天に恵まれた当日は、1450人程が来場し、  
太鼓やダンスなどのステージ、射的や輪投げなど  
遊びのコーナーやカレーなど食べ物の模擬屋台で  
お祭りを楽しみました。 (次ページに続く)

※この広報紙は、社協の事業内容と飯綱町の地域福祉に関する新鮮な情報をお届けするため、  
住民と飯綱町社会福祉協議会、町内の福祉を目的とする団体によって編集されています。

第7回 **いづなふれあい広場**

100名を超えるボランティアの実行委員により企画運営された「ふれあい広場」。会場では、今年も多く「出会い」と「感動」、そして「笑顔」が生まれました。このページでは、そんな会場の様子を写真でお伝えします。



▲スタジオユッキー飯綱キッズのかわいいダンス



▲町長も来場いただき、祝辞を頂戴しました



▲チンドン屋さんも登場



◀婦人会の炭坑節で会場は一体に



▶射的や人形すくい遊びのブースは子供たちに大人気



▲高所作業車に乗って会場を一望

ふれあい広場の趣旨に賛同いただき協賛をいただきました地元企業・商店の皆様、また、長野県北部地震に関するチャリティーバザーの物品提供・購入及び義援金にご協力くださった皆様には、この紙面を借りまして御礼申し上げます。

**第7回ふれあい広場 義援金総額 104,080円**

〔ブース等にて集まった義援金の内訳〕

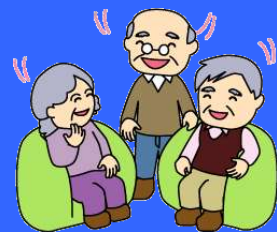
鍛冶工房	6,200円	義援金募金箱	20,000円
小物づくり	8,500円	チャリティーバザー	64,380円
お花屋さん	5,000円		

義援金は、8月3日に服田実行委員長、井澤社協会長と社協職員で柴村に届け、島田村長にお受け取りいただきました。



▲柴村役場で島田村長に義援金を手渡す服田実行委員長

# 飯綱町社協施設あんない その③ “なごや家”



地域に開かれた宅老所を目指して。皆さんこんにちは。“なごや家”です。  
 名前の通り来所される方がなごやかにになれるよう、職員は“常に明るく元気と挨拶に努め  
 ましょう”を合言葉に日々取り組んでおります。  
 今回は、そんな“なごや家”のサービスを紹介します。



▲季節の花々が皆様をお出迎え致します。



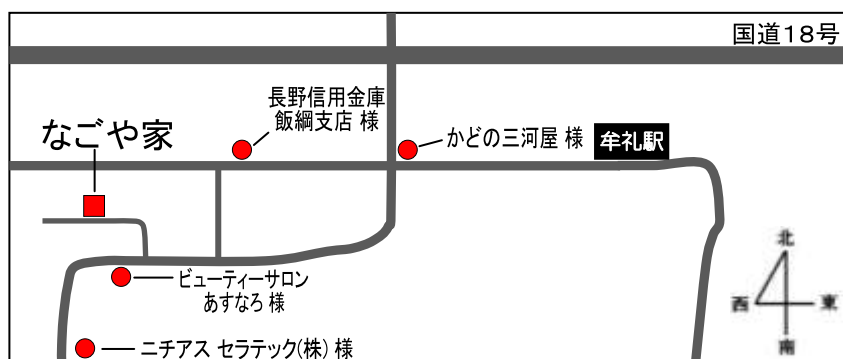
▲皆で協力して大きな作品を作り上げます。おしゃべりしながらするのが楽しい♪



▲出来あがった作品をふれあい広場で展示。これを見に行くのもまた楽しみです。



▲季節の花を見ながら外での食事。  
 なごや家ならではのサービスです。



▲近所の方を招いてのたこ焼きパーティー。毎年の恒例行事となりました。



▲おやき作りにチャレンジ！！  
 あっという間に出来あがり！！



▲いつも笑顔が絶えません。時には  
 ○○話で盛り上がりも！？

ご利用者の笑顔とその人らしさを大事にしております。歩行が困難な方でも車イスをなるべく使わず職員が付き添って歩行して頂くように心がけております。

お茶飲みにお気軽にお立ち寄り下さい。お待ちしております。

**なごや家** 253-3915

# ボランティア・市民活動コーナー

## こぶし会が特別養護老人ホーム矢筒荘でボランティア活動 …7月25日に矢筒荘周辺の草刈り、8月2日に開催の夏祭りのボランティア…

特別養護老人ホーム矢筒荘でのボランティア活動を中心としている“こぶし会”(会員約70名)は、7月25日矢筒荘夏祭りの開催に向けた矢筒荘周辺の草刈り作業を行いました。こぶし会の他、婦人会や民生児童委員など総勢約50名の方々が1時間ほど汗を流しました。

また、8月2日の夏祭りには、一般のボランティアのみなさんも加わり、浴衣や法被を着て模擬店の補助、盆踊りの先導、施設利用者の付き添い(車椅子介助)等の活動を行いました。

夏祭りには、町内の沢山の子供連れの家が訪れ、盆踊りに参加したり、模擬店で焼きそば、おでん、アイスクリームなどに舌鼓を打っていました。車椅子介助を受けた利用者様はボランティアの皆さんと一緒に踊りの輪に加わり楽しそうに踊っていました。盆踊りの後、仕掛け花火や子供たちが手持ち花火を行い、利用者様は夏の夜を満喫していました。



▲施設周辺の草刈り作業



▲矢筒荘の夏祭り

## 地域の老人クラブが三水第一小学生と交流 ～7月12日「ふれあい花壇」2ヶ所で花植え作業を行う～

7月12日に普光寺老人クラブと倉井老人クラブの会員約20名が、10年ほど前から続いている三水第一小学校のボランティア委員会と美化委員会の児童約30名と一緒に、三水郵便局北側の北信五岳道路沿いと斑尾大橋東側にある2ヶ所の“ふれあい花壇”で花植え作業を行いました。

倉井老人クラブは北信五岳道路沿線の花壇を、普光寺老人クラブは斑尾大橋東側の花壇を担当し、飯綱町の花づくり事業からいただいた「カンナ」「サルビア」「マリーゴールド」等の苗約1,000本を児童たちと一緒に植えました。

今後も草取りや水くれ等の作業も一緒に行いながら、世代間交流を深めて行くこととしています。会員の皆さんは、実の孫と接しているようで楽しかったと話していました。



▲北信五岳道路沿いの花植え作業

## 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  
(TEL 253-1001・ファックス253-1002)【担当：吉田】までお願いします。

### むれデイサービスボランティア

～ボランティア募集中～

内容—ご利用者との話し相手、お茶出し、入浴後のドライヤー掛け、レクリエーションの補助、昼寝用の布団敷き等

時間—午前9時半頃～午後3時頃までの間で、希望する曜日や時間帯。  
※半日でも、冬期間のみでも結構です。

(※土・日曜日の可能な方大歓迎)

条件—どなたでも結構です。お友達同士大歓迎!

場所—むれデイサービスセンター  
(※ひだまり園内)



### ボランティア活動助成

目的—誰もがいつでもボランティア活動に参加できるよう環境整備を図ることにより、福祉の向上に資することを目的としています。

応募課題—在宅老人障がい児(者)、児童問題に等に対するボランティア活動

応募資格—ボランティア団体

助成金—上限額30万円(1団体当たり)

対象期間—平成25年1月～12月の活動

応募期間—8月1日～9月15日

応募方法—ボランティアセンターに置いてある所定の申込用紙を記入の上、財団事務局宛に郵送

送付先—大和証券福祉財団事務局

### アルミ缶プレスボランティアの募集

内容—アルミ缶を専用の機械でプレスする作業で、どなたにでも出来ます。

時間—作業日時は相談に応じ調整させていただきます。

条件—どなたでも結構です。お友達同士大歓迎!

場所—さみずの郷駐車場  
(※ふれあいの園東側200m)

# 秋の古紙回収のお願い

《分ければ資源 混ぜればゴミ》

※10月5日(金)午前8時30分まで(時間厳守)牟礼全地区実施※

日ごろ、古紙のリサイクルを考える会へのご協力ありがとうございます。古紙の回収を次の通り行いますので、皆様のご協力をお願い致します。

- ① 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、コピー用紙、封筒、はがき、(お酒の容器などの)アルミ付きパック等
- ② 回収できないもの—新聞紙、ダンボール、週刊誌、マンガ本(町の古紙回収にお出してください)
- ③ 回収場所

## 《西地区》

袖之山—公民館玄関  
 上 村—公民館玄関  
 古 町—ゴミステーション  
 野村上—公民館玄関  
 高 坂—ゴミステーション  
 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  
 東高原—天狗の館、ゲートボール場、資源置き場  
 北 川—ゲートボール場横収集場  
 中 宿—ゴミステーション  
 坂 口—バス停



## 《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  
 四ツ谷—資源置き場  
 栄 町—コミュニティセンター資源置き場  
 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



◎10月5日の回収日は、旧牟礼中央保育園にて8:30~16:00まで作業をしていますので、直接お持ちいただいても結構です。

◎お問い合わせは、古紙リサイクルを考える会 荒井宅 253-7552 小林宅 253-3064

☆7月15日のふれあい広場では、牛乳パックをたくさんお持ちいただきありがとうございました。

安心暮らしのワンポイント

## テーマは「涼」

スーパー万能『涼』グッズ ～ハッカ油を使ってみよう～

皆さん、薬局へ行ってみてください。ハッカ油のビンが1000円位で売られているでしょう。ハッカは漢字で「薄荷」と書く、シソ科のハーブです。皆さんご存知のあの「スーツ」とする爽快感をあたえ、夏を快適にしてくれます。しかも植物成分なので安全安心ですね！(ただし、安く売られているハッカ油は合成ハッカの可能性もあります。)

みなさん、今年のこの猛暑の中、いかがお過ごしでしょうか。「ああ暑い！暑い！」とお嘆きの皆さん、クーラーのスイッチを入れる前に…  
 ちょっと、待ったあ～！  
 『ちょっとした工夫で涼しくなろう』  
 クーラーに頼るのはまだ早い！今回のワンポイントでは簡単『涼』テクニックをご紹介します。

その① 「ハッカお風呂」 …お風呂に2～3滴たらしてみましよう、超クールです！

保温効果もあり、身体は涼しく感じるのに、中はポカポカになります。目に入るとちょっとしみるので注意。

その② 「ハッカスプレー」 …100円ショップで買ってきたスプレー容器に水とハッカ油を数滴入れる。寝る前の布団にシュースして寝苦しさ無し！昼間カラダに「シュツ」としてひんやり！靴の中に「シュツ」としてムレムレ感無し！毛穴が締まり、制汗効果や除菌効果、さらに虫除け効果もあり炎天下の作業にもお勧めです。

その③ 「飲むハッカ水」 …ハッカは漢方で整腸効果があるとされています。コップ1杯の水に1滴たらして飲むと夏バテの食欲不振に効果があります。

# 今年の残暑はハッカ油で乗り切れ！

わたしにピッタリを探そう!!

# いろいろな福祉事業所紹介

## 猛暑の中で

グループホーム  
ケアプラザ みつえ

暑い〜暑い

エアコンに扇風機、お茶にポカリにアイスクリーム。ありとあらゆるものを繰り出して、この猛暑を乗りきろうと大奮闘の中、先日、気分転換に「権堂の七夕祭り」を見学に行きました。

暑くなる前に施設を出発し、車の中では連日の暑さを吹き飛ばし涼しくなれとの願いを込めて、八代亜紀の「雨、雨、降り降り、もっと降り…」を大合唱しているうちに到着。

久しぶりにアーケードを歩き、イトーヨーカドーの広場では、持参した「こめ」を鳩にやり、米をつつく鳩に「きゃあきゃあ」と大騒ぎ、童心に帰り嬉しそうにしていると、周囲から何人かの人に話しかけられたり洋服屋の前では立ち止まり、洋服を手にとって値段を見たり、久しぶりの街の感触を肌で感じた楽しいひと時となりました。

そして猛暑の長野市を後にして飯綱町に向かう車の中で再び皆が大きな声で歌った歌は「雨雨降れ振れ母さんが…」の歌。そして驚いた事に、全員の元気な声が天に届いたのか、数日後には見事に雨が降ったのです。

「ケアプラザ みつえ」では暑さに負けない様にと、エアコン、扇風機、お茶にポカリ、アイスクリームと今日も暑さとの戦いの最中です。

## NPO法人SUN

## さんばだより

猛暑日が続く中、ご利用者様からやっと「さんばは涼しくていいな」という声をきくことができました（若干一名）。でも、足にタオルケットを巻いたり、お昼寝は冷房がきいてない場所を選んだり、冷房から身を守っている姿を見たり、昼寝時の掛物を足先から顔が半分隠れるようにしっかりとかけて手で押さえている姿を目にすると、もしかすると冷房は「虐待！」なんて思ってしまう。でも、サーキュレーターを五台も入れているんですよ！（それがどうしたって?）

季節の行事七夕が無事終わりました。七月に入ると短冊に願い事を書き始め、権堂の七夕飾りに負けないような、色とりどりのきらきらテープを拭き流し、花（ちの紙の）で飾られたくす玉をはじめとしたたくさん七夕飾りができあがりしました。八月、いよいよ乗用車には積めないような立派な竹が赤塩から運び込まれ飾り付けです。「とっておいた昨年の飾りが無い！」と、あつちだこつちだこ（さんばは広いので）さんざん探し回り（いつものこと）静かになったと思ったら、いつの間にかちゃんと飾ってありました、見事な七夕飾りです。ご利用者様の願い事「さんばで楽しい時間をすごせますように」「いつまでもさんばにこれますように」とか「お父ちゃんとまた話ができますように」「膝や足の痛いのが治りますように」など読むと、胸がキュンとなってしまいます。（ご利用者様の願い事に比べると職員のは・・・）思わず「ご利用者様の願い事がありませんように！」と天に祈ってしまいました。今年の飾りもいいのだけ（？）来年度に向けておいて（懲りない！）さんばの七夕はおしまいです。

## 就職がしたい！

SUNで働いているAさんは、自信や勇気をもつことが苦手で、いつも消極的です。

この仕事やってみる？と聞いても、「どうしよう」「やめておく」という返事ばかり・・・。

そんなAさんが、先日、「ハローワークで仕事を探してみようかな」と積極的な思いを伝えてきてくれました。

「外で働いた時に、みんなからほめられて嬉しかった。仕事が楽しかった。就職したいって思った」そうです。町民の方々と関わりながら、小さな自信をつけることができ、そして、勇気を出して社会に踏み出そうと行動を起こしたAさん。

世の中は厳しくて大変だけれど、皆さんに支えられてつかった自信と勇気を胸に、一步ずつ前進していてもらいたいと思っています。

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

# あおぞらスケッチ

社会福祉法人  
林檎の里  
あおぞら

## 暑い夏の午後、カレンダーの達人から人生を学ぶ。

自閉症の方が特定分野で突出した能力を發揮することは有名な話ですが、あおぞらにもカレンダーの達人がいらっしゃいます。彼は過去に遡り、元号もしくは西暦でも何年の何月何日が何曜日であるのか短時間でピタリと割り出すことが出来ます。彼がどのような数式を用いていかに解答を導き出しているかは凡人の私共には計り知れません。こうなると「障害」「能力」「個性」とかどのよう

に線引されるのかさっぱり分からなくなるのは私だけでしょうか。現在、障がい者と言われ、もし

かしたら不自由な思いをされている方も、歴史の中でちょっと社会構造とか成り立ちが違っていたら、

私たち健常者と呼ばれる者と立場は逆転していたかもしれません。分け隔てなく

万人に暮らしやすい社会こそやっぱり目指すべき金メダルかなと暑い夏の午後オ

リンピック選手とカレンダーの達人の顔を見比べながら、ふと思いました。さて

(福) 林檎の里では、この度ホームページをリニューアルいたしました。事業所の紹介他、面

白記事掲載です。ぜひ一度ご覧

くださいませ。



社会福祉法人・林檎の里

<http://www.ringonosato.or.jp>

## 「ニチケアセンターいづな」日記

暑い・暑いと言っていた夏もあっという間に 8 月が終わろうとしています。感動と興奮のロンドンオリンピックも閉幕しました。選手のプレー中の姿にも心を打たれましたが、試合後のインタビューで、口々に「自分ひとりの力ではない。」と仲間の力、支援者の力、家族の力を話していたのには感動しました。感謝の心をいつでも忘れない人でありたいですね！

センターでは一周年を記念して「ニチまつり」を 7/22 (日) に開催しました。当日はたくさんの地域の方々においでいただき、ありがとうございました。ボランティアによるオカリナ、社交ダンス、歌謡ショーを楽しんでいただきセンターで提供している食事でも試食していただきました。今後も年に一回開催していく予定ですので、皆さんどうぞおいでください。また、「私は、こんなことできるよ！」「こんなはどう？」などなんでもご提案していただけたらうれしいです。(まつりのときだけでなく、普段も) 一周年を迎えられたのも飯綱町の方々の暖かいご支援のおかげと感謝しています。本当にありがとうございます。

先日帰宅しようとして外に出たとき、ふと空を見上げると満天の星！空一面に星が広がっていました。あんなにたくさんの星空を見た記憶はありません。飯綱町の方々は毎日あんな星空を見ていられるので心優しい人ばかりなのですね！私たちも飯綱の星を目指して頑張ります。これからもよろしくお祈りします！！



歌謡ショーに聞き入って！

### 前回まちがいさがしクイズ

#### ☆☆穂肥えにまつわるうんちく☆☆

穂肥えとは穂が9~10mmになったところに撒く肥料のことで、葉色の低下や枯れ上りを防ぎ、粒の充実を促すなど、収穫量や品質に対して重要な作業です。しかし、撒くタイミングや量など大変難しく、生育が旺盛な場合に過剰な穂肥えをしてしまうとお米の味が落ちてしまいます。「適量」が大事なことですね！

この時期の草刈は暑い中行うので大変ですが、害虫を寄せ付けない為にも大事な作業です。熱中症にならないようにこまめな水分補給と塩分補給を心がけましょう！

### 第75回

### まちがいさがしクイズ解答

答えは「家の石垣」  
「肥料をまく人のバケツの中身」  
「肥料をまく人の右手」  
「草刈りの人の帽子」  
「左側の中の蛙」

寺島	香澄	様
松橋	昌道	様
小林	秀雄	様
土屋	繁夫	様
町井	靖夫	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76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」

- ・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、9月13日です。

【消印有効】

※第75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。

## アルミ缶回収についてのお願い



日ごろアルミ缶回収にご協力いただきありがとうございます。ボトル型のアルミ缶を飯綱町社協ふれあいの園駐車場にあるアルミ缶ストックヤードに持ち込まれる際、キャップを外してボトルとキャップを分けて持ち込んでいただきますようお願い致します。



## いんごのつぶやき

日本で初めてカレーのレシピが紹介されたのは今からちょうど一四〇年前、明治五年のこと。当時旧日本海軍内で流行っていた脚気(かっけ)防止のために開発されたカレーライスも今では「国民食」と言われる程の定番食となりました。私も仕事で出張するたびに、お昼は高速道路のサービスエリアや喫茶店でカレーを注文することが何度もあります。

しかし、ほとんどがご飯に汁だけ掛かっているカレーばかり、「ビーフカレー」と言ってもせいぜい小指の先ほどの肉片が三つ四つ入っているだけ、野菜など影も形もないカレーの何と多いことでしょう。お昼に食べるカレーは「安い早い」が信条ですから具の多さを期待してはいけません。ところが、それにしてもお店のカレーで「これは旨い」と思えるものにはなかなか巡り逢えません。そんな中、おとし県内の某合同庁舎の地下食堂で食べたカレーは絶品でした。五〇〇円というお値段なのに大きな芋や人参や玉葱がたくさん、しかもしっかりと煮込まれていて、昔、夕食やキャンプでみんな揃って食べたカレーを思い出して、厨房を取り仕切るご主人夫婦に感謝しました。後にも先にもお店で食べたカレーで良かったのはこれだけです。

最近県庁で知事が一般県民とカレーを食べながら懇談するなど県政にもカレーが登場する時代、「おいしい信州の野菜」を売り込むには、野菜をいっぱい煮込んだカレーや、時には鯖や竹輪や長葱が入ったカレーのレシピも宣伝して、大勢の方に食べてもらうのも良いかもしれません。

やっぱり昔ながらの手作りカレーは良いですね。