

社協だより5月号【Vol.85】

元気がわら版

●発行日:平成24年5月20日
●発行:社会福祉法人 庄原市社会福祉協議会 庄原市西本町四丁目5番26号
●TEL0824-72-7120 ●FAX0824-75-0084 ●E-mail:info@shakyoshobara-city.or.jp

●目次

- P1…………… 比和行事・目次
- P2～P4… 元気報告
- P5…………… 平成24年度日赤社資募集、よろず相談
- P6…………… 介護もの知りコーナー、東日本大震災義援金、協力寄付
- P7…………… 寄付金受付
- P8…………… 地域のものがたり、広告

この日を楽しみに
しとったんよ～♪



ゆめのひわづくり大作戦スタート!!!!

「やっぱり比和が好きじゃけえ、みんなと支え合ってずっと比和で暮らして行きたい!!」

ゆめのいえのみんなが探す「自分たちにできる地域へのお返し」

“買い物のちょっとしたお手伝い”や“ゆめカフェテリア”で声を掛け合いながら、
地域に開かれた“ゆめのいえ”をめざして!!



今日の一日マスターです!



みんな顔見知りで話も盛り上がります



あ～それじゃったら大丈夫よ
豆電球これでええんかいね?



みんなで創る みんなの地域

“ゆめのいえ”は地域のみなさんに支えられています。でも、支えられるだけで何も出来ないということではありません。

「とても小さなことかもしれないけれど…自分たちにも地域に貢献できることが何かあるはず!!待ってるばかりじゃなく、自分たちの方から地域へ出て行こう!!」そんな思いで、「ゆめのひわづくり大作戦」がスタートしました。比和の町なかのバス待合の小さなスペースで、「集う・憩う・ちょっと助け合う場づくり」を、“ゆめのいえ”でつくることにしました。

いつもお世話になっている地域のみなさんへ、「小さな元気づくり」のお返しです。

たとえ障がいがあっても、高齢であっても、子どもであっても何かができるはず。「誰かが誰かのために、ちょっと頑張っている姿が人つながりの元気の出発点!!」社協はこれからも、「人つながりの中にある元気づくり」を、みなさんと一緒に進めていきます。



ゆめのいえ

0824-85-7031

支え合いが生まれる場所 “ゆめカフェテリア”

「バスを待つ、2時間がすごく長いよ〜」「たくさん買い物した時、荷物を運ぶのが、ちょっとしんどいよね〜」そんな声を聞いて、「それくらいのお手伝いなら自分たちにもできるかもしれない!!」と、ゆめのひわづくり大作戦などと、ちょっと大げさなタイトルをつけながら“ゆめのいえ”が町なかで、“ゆめカフェテリア”を作りました。

一緒に楽しく話をしたり、バスを待っている間の荷物の預かりや、買物の付き添いなど、ちょっとした見守りやお手伝いが、「私たちの元気づくり」そして「誰かの元気」につながれば、それが今できる自分たちの地域へのお返しだと思っています。



「やっぱり比和が好きじゃけえ、みんなと支え合ってずっと比和で暮らして行きたい!!」私たちの一番の願いです。

祝祭日を除いて毎週月曜日、10時～12時まで比和自治振興会館で開いています。日程変更をする場合もありますので、月ごとの開催日をカフェテリア内と「おこじよ通信」に掲載していきます。

地域のみなさんとのたくさんの出会いを楽しみに“ゆめカフェテリア”でお待ちしています。



口和地域センター

0824-89-2320



今年も盛り上がりました!!

春のチャリティーグラウンドゴルフ大会

桜の見頃には間に合いませんでしたが、さわやかな春の陽気に恵まれ60名を超える皆さんが、葉桜や春の野花を眺めながらプレーを楽しまれました。また、プレー後は参加者・スタッフがお花見会を兼ねてお弁当を囲み、スコア成績の話や田んぼの話で盛り上がりました。



毎年ご支援いただく金田自治会長さん、ゴルフ場管理の西本さん、いつもありがとうございます。おかげさまで楽しい大会となりました。

参加費の一部を赤い羽根共同募金に寄付させていただきます。



高野地域センター

0824-86-3044

ほっとかない・ほっとけない高野でみ～んな安心

高齢者の皆さんと話すと、「つまらんようになった」「昔のように動けん」とよく言われます。歳を重ねる中で、気持ちや身体の変化からこの言葉がでるのでしょうか。今まで10個出来ていたことが6個になったのかもしれませんがね。出来なくなった4個を自分の心の中にしまうのではなく、誰かに「助けて。手伝って」と言う事が大事。

この“出来る出来ない”をお互いに繋げる事で、今までの10個に近い生活が取り戻せるのでは…。昔のように動けん＝まだ、頑張ろうと言う気持ちがある証ですね。

そんな中、“頑張ろう”と言う気持ちが地域の中で広がり、4月に新たな“サロン”が誕生しました。

社協では、一人ひとりの言葉を大事に聞き取り、出来る事、出来ない事を繋げ、みなさんが安心してこの高野で暮らしていただけるお手伝いをしていきたいと思ひます。



比和地域センター

0824-85-2300

我が家で願いを☆

先日、一人暮らしの桜さん(仮名)のお宅へ訪問しました。「足が痛くて、思うように動けんけど、それなりにのびのび暮らしよるんよ。」桜さんは、介護保険サービスとやまびこサービスを上手に利用して生活されています。

「子どもが、自分の所へ来い言うてくれるんじゃけど、行ったら友達おらんでしょ。こっちは顔なじみも多いし、みなさんかわいがってくれるしね。それと、やっぱりみんなが墓参りに帰って来た時、寄れる場所があると気分も違うと思うんよ。誰かある家に帰ると、おらん家に帰るとでは、暖かみが違うでしょ？何かするわけでもないし、さえんようなけど…やっぱり家におってやりたいんよ。孫も長生きしてくれ言うしね。」桜さんの家族を思う気持ちと、我が家を・比和を思う気持ちが真っ直ぐに伝わり、何だかジ～ン!としました。日々の業務の中で、結局こういふちょっとした言葉で支えられているのは、自分たちなんだとすることがあります。

支えて、支えられて、少しでもその願いが長く叶うよう、桜さんを、そして同じような立場の皆さんを応援していきたいと思ひます。



総領地域センター

0824-88-2796

助かるわ、熟練のワザ



包丁磨いであげて喜んでもらったよ

“まな板の四隅が黒ずんできたから削りたい”“包丁の柄を締めしてほしい”“なべの蓋の持つ部分を直したい”“包丁を磨いでほしい”“ふすまの滑りが悪くなった”“ドアノブが壊れて困っている”。女性によくある困り事です。自分では直せない…、でも捨てるのは惜しい…、我慢して使っている…という女性が多いのでは？

「それくらいならなんぼでもやっちゃうで」「ちょっと直せばまだまだ使えるよお」と名乗りを上げたのは男性グループのメンバー。

これから月に1回、簡単な修理(実費程度の負担あり)の相談日を設けます。物を大事にする人は、人も大事にすると思います。日程や内容は総領地域センターへお問い合わせください。



庄原地域センター

0824-72-7120

高が大好きな理由 わけ ~高まるごと福祉教育推進事業(広島県社会福祉協議会の3カ年指定事業)~

みんなで泥だらけになり整備したつつじの里。うまく育つことを祈り、食の大切さを学んだシイタケ、ナメコの食菌活動。高小学校の児童はこの事業を通して、地域の方々と共に汗を流しました。“みんなで考え、活動し、成果(学び)を得る”たくさんの体験を通じて、以前にも増し頼もしく成長しました。

「地域の人と一緒に作ったシイタケ。ぶちおいしい」と笑顔の児童。「これからも、憩いの場を一緒に華やかにしていこう」と語る地域の方々。より一層地域の絆も深まり、地元を愛する心が育まれています。指定事業は3年で終了しましたが、今後も、高地区の取り組みとして継続されます。これからも、社協は福祉教育や地域福祉活動を通して、この取り組みを継続的にサポートをしていきます。



4月から庄原市民です

はじめまして、三上千紘です。地域福祉活動を担当します。まだまだわからないことばかりですが、一日でも早く皆さんの顔や地域を覚えてがんばります。見かけたら気軽に声をかけてください。



西城地域センター

0824-82-2953

新しい居場所

仲の良いご近所さんの所へ、話をしたりお茶を飲みに出かけておられた一代さん。そのご近所さんが亡くなられ、出かけて話をする事が少なくなりました。



出かけたり、話をする事の好きだった一代さんは、近くにサロンがあることを知り「サロンに参加してみたい」と話され、その話はサロンのメンバーにも伝わり「明日の昼から集まるけえね。よかったら来てね」ということになりました。

はじめてサロンに参加された日、そこには学生時代の同級生も参加されており、お茶を飲みながら、昔話で盛り上がりおられました。サロンの後、「また、来週も来んさいね」とサロンのメンバーはあたたかく声をかけておられました。

新しい場所に参加したいという一代さんの気持ち。それを受け止めていただける場所。ここでの新たなつながりが、一代さんの楽しみの一つとなりました。



東城地域センター

08477-2-0488

悩みごと、心配ごとのあれこれ…

身寄りが無い、家族が遠方に住んでいる等の理由で「自宅や土地の管理ができなくなったら、どうすればいい?」「遺言の書き方を知りたい。」「元気なうちに、土地の名義を変えたい。」などの相談が増えています。

社協では、後見制度(財産管理・身上監護)の説明や弁護士・司法書士による相談(遺言・登記変更等)を紹介しています。場合によっては、法律と福祉の専門職が連携して支援を行うこともあります。

後見制度や遺言・登記、福祉サービス利用の詳細は、なかなか分からないことが多くあります。その時は、ひとりで悩まずに社協にご相談ください。秘密は固く守られます。



平成24年度 日本赤十字社 社資募集が始まっています

赤十字事業の推進につきましては、格別のご協力をいただき厚くお礼申し上げます。

また、昨年発生した東日本大震災においては、庄原市民の皆様からお預かりしたところのこもった義援金は全額送金させていただき、被災者支援に大きく貢献するとともに、毎年ご協力いただいている社資募集も、救済物資や医療チームの派遣など、早期の支援に役立ったことはすでに報道等でご存知のところでは、このように日本赤十字社広島県支部では、災害救護活動をはじめ、国際救護、医療事業、血液事業、青少年赤十字、赤十字奉仕団の育成、救急法などの講習会の普及等の事業を幅広く行っています。

これらの事業を支えているのは、市民のみなさまから寄せられた支援(社資・寄付金)によるものです。こころより感謝申し上げます。

つきましては、本年度も市民のみなさまの温かいご支援とご協力をお願い申し上げます。

なお、昨年度庄原市全域での一般社資総額は、5,480,500円の実績があり、全額広島県支部へ送金させていただきました。ありがとうございました。



よろず相談の ご案内



◎一般相談 (13:30~15:30)

毎週水曜日	庄原地域センター
第1・第3木曜日	西城地域センター 東城地域センター 比和地域センター
第2・第4木曜日	口和地域センター
第1・第3水曜日	高野地域センター
第2・第4水曜日	総領地域センター (9:00~11:00)

◎法律相談

- ※予約制でお一人の相談時間が30分以内です。
- ・6月 1日(金)・15日(金) (13:00~16:00)
- ・庄原市ふれあいセンター

◎多重債務相談

- ※予約制でお一人の相談時間が45分以内です。
- ・毎月第2木曜日 (13:00~16:00)
- ・庄原市ふれあいセンター

◎ブライダルサポートセンター(結婚相談)

- ・毎週月曜日・第1日曜日 (14:00~16:00)
- ・庄原市ふれあいセンター

その他の相談にも応じています。
お近くの地域センターにお問い合わせください。

介護もの知りコーナー

生活習慣を見直してみませんか？



仕事などのストレスを飲食で解消し、肥満となる方も多いこの時代。肥満は命に関わる多くの生活習慣病のもとになります。肥満に加え高血圧や高血糖、脂質異常などが重なるとメタボリックシンドロームとなり、放っておくと心筋梗塞や脳卒中などの病気をひきおこしてしまいます。あなたの生活習慣をチェックし、かくれ肥満度を調べてみましょう。



かくれ肥満度Check!

あてはまるものは、いくつありますか？

- 満腹でも甘いものは別腹。
- 外食が多い。
- ダイエットは失敗してばかり。
- 面倒くさがり屋である。
- 最近お腹がでてきた。
- お酒は毎日飲む。
- 運動とは無縁の生活。
- 着やせするタイプだ。

診断結果

0~2

かくれ肥満度はかなり低い。現状をキープしましょう。

3~5

運動不足ぎみのあなた。食生活を見直し、適度な運動を習慣づけましょう。

6以上

肥満度はハイレベル。今すぐ生活習慣の改善を心掛けましょう。

肥満の防止には、食事療法と適度な運動を継続することが大切です。まずは、上手にストレスを解消しましょう。人と話をする・趣味を持つ・音楽を聴いてリラックスするなど、楽しいことや夢中になれることを見つけ、あなたの生活習慣も見直してみましょう。

庄原市社会福祉協議会 介護スタッフ

東日本大震災義援金

24年4月末までの義援金受付総額

88,454,620円

※左記の内82,804,648円は市本庁・支所窓口受付分です。義援金は日本赤十字社を通じ被災地へ送金されています。



地域のものがたり

将来に備えたいキ・モ・チ

(きた地区を・もれなく見守る・ちいきの絆)



北自治振興区長
大迫 孝さん

全国平均より「超高齢社会」へ50年先行している我々の町。着実に、そして早急に「超高齢社会」に対応した施策を確立する必要があります。北自治振興区では、その第一弾の取り組みとして、国庫事業のモデル地区として安心生活創造事業“北地区おたがいさまネット”に取組み、3年間で様々な成果と問題点が見えてきました。

活動主体は北自治振興区ですが、ひとり暮らし高齢者等巡回相談員、民生委員児童委員、北地区老人クラブ連合会、北自治振興区社会福祉部員等と社会福祉協議会が密に連携を取り合い、定期的に会議も行い、活動中に受けた相談事例や問題、解決に至るまでの経緯など情報交換を欠かさず行っています。また、活動を継続するために、地域行事等で活動を紹介し、趣旨に賛同していただき、福祉募金による自主財源の確保も行っています。

ひとり暮らし高齢者は、今後ますます増加が予想される中で、見守る側も高齢化するのには確実です。そのためにも、将来に備えたキモチの準備をしていくことが大切なのではないでしょうか。準備しておきたいキモチは、「自分がもしひとり暮らし高齢者になったら…」と想定をすること。元気な内から、おたがいさまの地域づくりを考え、助ける側、助けられる側、どちらになってもいいような柔軟な考え方が大切だと思います。おたがいさまづくりの一つとして、14自治会の内10自治会で“地域デイホーム事業”を展開し、今年度中に新たに2自治会で開所の予定です。これからも、安心して暮らし続けられる北地区を目指し、みんなで協働し活動を行っていきます。

【訪問の様子】
「こんにちは～」



「調子はどうですか？」
「今日は天気が良いけえ、気分も良いよ」
「それは良かった」
「訪問員さんはどがな？」
「私はあなたの笑顔に、いつも元気をもらってるんよ」



【会議の様子】

広告



司法書士 飯田 一生

**一人で悩まないで
まず相談してください。**

業務のご案内

- 不動産の名義変更 ●成年後見
- 相続登記・遺言 ●会社の登記
- 借金の整理 ●簡易裁判所訴訟代理等

●詳しくはホームページに書いています。

庄原 司法書士

広島北部司法事務所 (訴訟代理権認定第524014号)(司法書士登録番号828号)
〒727-0013 広島県庄原市西本町四丁目20番17号 パルナッシュB2階 TEL0824-72-2315 (要予約)

広告 **草刈り致します** 自信を持って良心的な業者宣言致します!!

【ごらん頂いた方へ…絶対に損はしないでください。】

よくある時間算出の場合、作業にかかわる方の年齢や個人の能力で随分差があります。

「草刈り・りんりん」ができる業務
草刈り作業・枝打ち作業・竹林等の間伐作業・樹木伐採作業・関連した軽作業

見積もり無料 草刈り代行サービス 草刈り・りんりん
庄原市川北町3270-7 加藤 雅

■お問い合わせは下記までご連絡頂きます様お願いいたします。
TEL0824-72-5460 FAX0824-72-5462