

ほほえみ

編集発行 社会福祉法人
東御市社会福祉協議会
長野県東御市鞍掛197
(総合福祉センター内)
TEL (0268) 62-4455
FAX (0268) 64-5695

社協報「ほほえみ」の名称は明るく夢をもって笑顔で暮らせる地域の福祉づくりを進めていくことから名づけられました。

▶北御牧小で車いす体験



◀合併後初の社会福祉大会



・ 支えあい
・ 助け合い
・ 励まし合う
地域づくりを
目指して



▲加沢で防災炊き出し訓練



▲お年寄りについて話を聞き
ました(北御牧小)



▲田沢区で福祉盆踊り

▲希望の旅

○おらほの区の福祉活動 (田沢区・畔田区)

○東御市社会福祉大会ひらく

○共同募金運動にご協力を!

○月間スナップ

○ボランティアだより「ふれあい」



田 沢 区

田沢区福祉運営委員会

8月14日、福祉盆踊りや盛り沢山のイベントが行われました。

あやとり、しょうぎ、お手玉、流しそうめんなど楽しい行事がいっぱい。焼き鳥、焼きそば、お好み焼きなどの出店も各種団体によって盛大に行われ、たくさんの人で賑わいました。

久しぶりに故郷に帰ってきた人々もなつかしい顔に声をかけあい、笑顔のあふれたひとときでした。子どもたちにも、きっと良い思い出になったことでしょう。

みんなの笑い声が夜空に響いた楽しい一日でした。



◀「あやとり、教えてね」



▶流しそうめんは最高！

おらほの区のおくしがつどう

各地域の福祉活動の状況を紹介するコーナーです。皆さんからの情報をお待ちしています。



▲今井晃福祉運営委員長

畔田区福祉運営委員会では、収穫繁忙期を目前にして、区民に呼びかけ約30人が東御市総合福祉センターに集い、保健指導員による健康測定やメタボリックシンドロームって何？の講義と生き生き度チェックをうけて「認知症（ボケ）は治る」など中身の濃い親睦会でした。

最後は楽しい食事と会話で時の経つのも忘れた一日でした。



▲血圧測定 “丁度いいですね”



▲認知症（ボケ）防止の講義を受ける皆さん

畔田区福祉運営委員会

畔 田 区

“住民流”の地域福祉づくりをめざして 合併後初めての東御市社会福祉大会ひらく

第1回東御市社会福祉大会は7月23日、市中央公民館で開きました。

市内自治会レベルで独自の福祉活動を展開する地区代表者らを招き、座談会も行いました。

冒頭あいさつに立った寺田泰明会長は「自分たちにできることは何か。自助、共助（コミュニティ）、公助（行政）を振り分け、地域での取り組みが必要だと思います」と、支えあいを強調しました。

座談会では「おらほの地域福祉づくり事業」（市社協補助事業）の指定を受けた田楽平支部・荻原龍雄支部長と本海野支部・原田京子民生児童委員らが、それぞれの活動を報告しました。

田楽平支部は昨年3月に区公民館を新築。その際、館内に浴室を設けるなど「健康施設」としての役割を付加。ケアポートみまき・身体教育医学研究所の全面的なサポートを受け、新たな拠点施設となっています。

本海野支部では、区内の高齢者や障害者家庭などをまとめた福祉マップを作り、区役員、消防団に配布しました。



▲福祉委員など200人が参加

またふれあい祭りの開催、20数年前から月1回実施する独居高齢者宅への手作り弁当配布などを紹介しました。



寺田会長

基調講演では、「住民流福祉宣言」と題し住民流総合福祉研究所長の木原孝久さんが「地域の中では担い手は助ける側、対象者は助けられる側と分けられがちであるが、担い手側でも“助けられ”の機会を見つけ、対象者側も活動の機会を探してあげることで、協働の福祉ができる」と実践に基づいた講演がありました。

また、その後行われた座談会では、長野大学教授・安井幸次氏の座長で「東御市の地域福祉を考える」をテーマに東御市長、地域代表、社協事務局長が実際の地域の活動を通して東御市の地域福祉について話し合いました。



講師の木原さん

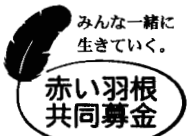


▲座談会のテーマは「東御市の地域福祉を考える」

長野県社会福祉大会開催

9月2日、須坂市文化会館（メセナホール）で長野県社会福祉大会が開催されました。東御市からは、社協理事・評議員、支部長、民生委員地区会長、おらほの地域福祉づくりの対象支部、ボランティアの皆さんが参加しました。式典後行われたフォーラムでは「住民主体による支えあうまちづくりをめざして」をテーマに、災害時等の住民支え合い活動に向けた取り組みや住民同士の支えあい、住民主体によるまちづくりをめざしていくための方法について話し合いました。





10月1日▶12月31日

共同募金 (赤い羽根・歳末たすけあい) 運動がはじまります

10月1日から

多くのみなさまの善意にささえられ、今年も共同募金が10月1日から全国一斉に展開されます。共同募金は地域の福祉の財源として、住民参加型福祉サービスの推進、ボランティア活動を支えるために使われます。今年度の東御市の目標額は配分計画に基づいて7,350,000円となりました。今年もよろしくお願ひいたします。

平成16年度共同募金の結果について (報告)

東御市地域の募金総額 7,449,976円 ご協力ありがとうございました。

※募金はこんな事業に使われています。

- 広域 (県を範囲とする) 福祉事業 (高齢者施設、身障者施設等へ) 1,679,000円
- 東御市社会福祉協議会配分事業 5,770,976円

東御市社会福祉協議会では、募金を次のような事業に役立てています。

- 老人福祉事業 (敬老・金婚祝賀、独居老人へのおせち料理 他)933,000円
- 障害者福祉事業 (障害者の日の集い、障害者の交流事業 他)150,000円
- 児童・青少年活動 (福祉協力校補助)400,000円
- 母子・父子活動 (母と子の集い、就職卒業激励)50,000円
- 福祉育成援助活動【広報活動 (社協報発行)、地域福祉活動助成 (生き生きサロン等)、ボランティアグループ助成、福祉大会 他】4,237,976円

赤い羽根共同募金はこんなことにも使われています

☆社会福祉大会



☆社協報“ほほえみ”の発行



☆自然を楽しむ会



☆生き生きサロン運営



月間スナップ

交流会 & 研修旅行

7月7日、祢津共同作業所では、祢津保育園の七夕交流会に招待され、園児の皆さんと願いごとを発表したり歌等で交流を深めました。7月29日、島川原と布下共同作業所では埼玉県長瀬へ研修旅行に出かけました。秩父夜祭に使用する勇壮な山車等を見学し、昼食には鮎料理を堪能してきました。



一日赤十字

「いざという時のために」と、日赤東御市地区では防災の日を前に8月22日、市内各区の日赤奉仕団員が集まり「救急法」の講習会を行いました。この日は、会場となった市高齢者福祉センターに約85人が参加。上田広域東御消防署の署員から心肺蘇生法の手順などを教わりました。



長大生の実習

8月29日から長野大学社会福祉学部の菊池路子さん（3年）が2週間の福祉実習体験にきています。毎年行われていることですが、これからあと2人の実習生も参加して、現場でいろいろ学びます。福祉に関わる仕事にと希望に燃えている若者たち。頼もしいですね。（左がヘルパー講習会で、右がデイホームで）



介護者リフレッシュ

9月3日、真田町の地蔵温泉「十福の湯」へ介護者のリフレッシュツアーに出かけました。普段、在宅で介護している13人が参加し、大自然の中の広大な露天風呂に浸かり、日ごろの疲れを癒しました。



希望の旅

9月7・8日、障害者希望の旅「名湯に行ってみ隊」と題し、湯田中温泉へ1泊2日の旅行に出かけました。1日目はNHK長野放送局やオリンピック記念館を見学し、2日目は黒姫高原「コスモス園」へ行き、満開のコスモスに出迎えられ感激しました。湯田中温泉では掛け流しの天然温泉を満喫し心身ともにリフレッシュしてきました。



ボランティア
だより
6号

ふれあい

H17.9月号

総合福祉センター内
ボランティアセンター
☎0268-62-4455

夏のボランティア体験教室ひろく

介助・技術体験〔手話・点字・朗読(音訳)・車いす・ガイドヘルプ(アイマスク)〕

施設体験 (特別養護老人ホームちいさがたの家・介護老人保健施設ハーモニック東部・特別養護老人ホームフォレスト・障害者複合施設さんらいずホール・デイサービスともがき・特別養護老人ホームケアポートみまき・ねつ共同作業所・島川原共同作業所・デイホーム(宅老所)ほほえみの家・デイホーム(宅老所)くるみの家・ミニデイサービス)



▲まずは手話の内容を聞いてから…

▼講師の先生と一緒にみんなでパッチリ(朗読)



▲車いすはちょっとした段差でも大変



▼手話を実際にやってみました



▲広沢先生から点字を教わりました



▲車いす体験は初めてです



夏のボランティア体験の感想から

【車いす体験】

活動内容＝車いすに乗ったり、押したりする。車いすに乗り自販機を体験。車いすに乗りトイレの利用

★ちょっとした段差でも持ち上げなくてはいけなくて大変でした。(東部中・ちひろさん)

★車いすを押していると、ちょっとした段差でも引っかかって大変だった。自販機でも自分の飲みたいものが上にあるとボタンが押しにくく、車いすの人にはとても不便だと思いました。(東部中・あやさん)

【朗読体験】

活動内容＝朗読の練習、録音をして聞く。

★とても楽しく貴重な体験ができて良かったです。いい勉強になりました。(東部中・えりさん)



▲暑い中、クリーニングを（さんらいずホール）



▲楽しく交流しました（ミニデイサービス）



▲車いすでトイレへ…



▲ビデオで勉強…



▲パン作りに挑戦（さんらいずホール）



▲一緒にお話しをしました（デイサービスともがき）

★ちょっとした表現や言葉でもニュアンスをきちんと出すと、イメージが全然違って聞こえて驚きました。（東部高校教諭）

【点字体験】

- ★広沢さんのお話を聞いて、目の見えない人の気持ちがありました。（北御牧小・さほさん）
- ★点字は初めての体験でしたが、このような機会に体験できて、とても良かったです。（北御牧小・なおみさん）

【サンライズホール】

活動内容＝パン作り、パン販売。牛乳パック回収と、とりまとめ。

- ★皆さん、仲が良くて、いっぱい話しかけてもらってよかったです。（東部中・あやかさん）
- ★牛乳パックをまとめるのが大変かったです。（東部中・ほなみさん）

自然を楽しむ会

7月16日、障害者とボランティア同志の交流を目的で安曇野方面に出掛けました。ちひろ美術館では、夏をテーマにした「ちひろの夏休み」を鑑賞し、昨年完成したばかりの国営アルプスあづみの公園では、広大な自然の中で歌や踊り、コースター、ペーパーウエイトの制作体験を通して交流を深めました。

▶自然の中で歌うと気持ちいい



▶ボランティアがダンスをしてくれました



▲みんなでペーパーウエイト体験

朗読講習会

初心者のための朗読（音訳）講習会開く

9月8日、総合福祉センターボランティアルームで、本を読むことが好きな人、人のために何かお手伝いしたい人、16人が参加し県社会福祉協議会の講師の指導のもと、朗読の基礎を学びました。参加した受講者の皆さんは、朗読（音訳）の楽しさや難しさを感じながら、次のステップにつなげたいと意欲的でした。

▶初めての朗読講習に緊張しました



▶講師に続いて、大きな声を出して



▶先生の講義はとても分かり易い



ふれあいフェスティバルのお知らせ

「日頃、市内の各所で様々な活動をするボランティア団体や福祉施設、学校等が協働し、団体間の交流を図るとともに、子どもから高齢者までだれもが地域で助け合い、支えられていることを啓発する場とする」ことを目的にふれあいフェスティバルを下記のとおり開催します。みなさんの積極的な、ご参加をお待ちしてます。なお、詳細は今後発行の市報に掲載する予定です。

- 日時 10月23日(日) 9時～16時30分
- 場所 東御市第2体育館



▲昨年のフェスティバルから

“わたしたち初めて体験しました！”

北御牧小で車いす・高齢者擬似体験行う

●参加者の感想

- ★「その人の気持ちになる」という事がわかった。
- ★お年寄りや車いすに乗っている人のどこが大変なのかわかった。
- ★高齢者や車いすの人がいたら声を掛けて、あいさつしたりお手伝いをするという事をいつも頭に入れておきたい。
- ★手にサポーターをはめると動かしづらくて、小

銭がつかめない。

- ★眼鏡をかけると物が見えにくくなって、年をとるとあんなふうにお金や本の字が見えるんだ。
- ★車いすを押したり、押してもらおうと足の不自由な人の大変さがわかった。
- ★車いすは押してもらおうと楽だと思っていたけれど、一人で動かすと大変だった。



▶眼鏡をかけたり、サポーターをつけて高齢者擬似体験



▶車いすにのって小学校体育館を移動



▶足に重りをつけて歩いてみました

▶車いすを砂場で動かすのは大変！



ボランティアグループ紹介

これから随時紹介していきます。関心を持ちましたらご一報を！

●いらの会

朗読を通じてのボランティア活動

会員は現在23人。主な活動は市報とうみ、お知らせ版などをテープにとり利用者に提供。また、対面朗読、オフトークでの民話などの語りなどしています。年4回程度の講習会を設けて技術の向上をはかっています。声を出す音読は脳にも心にも活を入れてくれます。皆さんいかがですか。利用者との交流会なども行われ、みんなで生き生きと活動しています。

▶声を出すと心身ともに健康にもなります



●すずらんの会

北御牧ボランティアグループ「すずらんの会」は月～金の毎日2人一組で、「特別養護老人ホーム・ケアポートみまき」入所者の下着やシーツなどの整理整頓作業を行っています。会員は約50人月1回の奉仕作業です。今日は、畔田の青木明子さん（お年よりがお世話になった恩返しに）と、島川原の渡辺節子さん（知人の紹介で）のお二人で、手馴れた要領で頑張っていました。



▲下着やシーツなどを、きれいにたたみます



(7・8月中の受付分です)

- 匿名様..... 介護用品
- 匿名様..... 10,000円
- 桜井まさ江様..... 介護用品

ウエスのご寄付ありがとうございます

(7・8月中の受付分です)

- 小川原 紀子様
- 篠原 禮子様
- 矢島 浩子様
- 渡辺 邦子様
- 柳沢 ふさ子様
- 匿名様
- 別府 はるい様
- 堀口 敏子様
- 桜井 まさ江様
- 飯嶋 美子様



ボランティア募集

●ちいさがたの家

デイサービスボランティア

■内容 午前：入浴後の身支度、洗物、話し相手、お茶入れ

午後：レクリエーションの補助

■募集人員 若干名

■募集期間 年間を通して

●ハーモニック東部紅葉狩りの補助

■募集期日 10月17日(月)～10月22日(土)

午後1時～4時

■人員 1日3人～4人

■申し込み ハーモニック東部・デイケア
担当：小沼、黒岩



●烏帽子登山

サポートボランティア募集

■実行日 10月2日(日)雨天中止

■集合 8時30分 東御市総合福祉センター

■参加者 視覚障害者・知的障害者

■持ち物 昼食、水、雨具、帽子、タオル、登山用ストック(用意できる人)

※サポートする人はロープ1本(太さ1cm、長さ3m)と必ず登山靴を着用してください。

■募集の締め切り 9月20日(火)

■申し込み 東御市社協☎62-4455または、上田市ボランティアセンター☎25-2629

デイホーム「ほほえみの家」

9月5日、デイホームほほえみの家では、利用されている皆さんとボランティアさんで御代田町の信楽寺へレクリエーションに出掛けました。三重塔、竜神池や古代杉等を見学し、昼食はあいにくの雨だったため、温泉でゆっくりいただきました。



◀雨でしたが、楽しい一日を過ごしました



結婚したい!人のハッピーな情報がつまってる
ウェディングプロデュース

東御市結婚相談所

無料

相談には直接
本人がお越し
ください



- ♥開設場所 東御市中央公民館
- ♥開設日 毎週日曜日 午前9時～正午
- ♥問い合わせ先 東御市社会福祉協議会
- ♥☎62-4455 FAX64-5659

編集後記

合併後初となる社会福祉大会が行われました。

その中で印象に残った言葉が「これからは自助・公助・そして共助」ということでした。少子高齢化社会を迎え、益々福祉の在り方が問われ、“できることは自分たちで”という動きも少しずつ出てきています。朝、時々会うご夫妻のゴミを拾いながらの散歩は、いつもさわやかな気分してくれます。(重原)

記事についての

●申し込み・問い合わせ先
東御市社会福祉協議会

TEL62-4455 FAX64-5695