

社協だより7月号【Vol.87】

元気がわら版

●発行日:平成24年7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



日常生活と気持ちを応援する 「やまびこネット365」

昨年、二人暮らしをしていた実母が亡くなり毎日々々さみしくて、泣いてばかりでした。

近所の方が、落ち込んでいる私を心配して社協の『やまびこさん』を紹介してくださり、週に3回、3名の方が交代で話し相手に来てくださるようになりました。

話を聞いてもらったり、そこに居てくださる事で、気持ちも少しずつ楽になり、周りからも、明るく元気になったねと言われるようになりました。体重も6キロ位増えたんですよ。

みなさんのおかげで、少しずつ出かける事もできるようになりました。

今は『やまびこさん』の、訪問日を楽しみにしています。また近所ということもあり、窓から見える『やまびこさん』のお家に、夜になつても電気が付かないと、どうかしたんじゃないか逆に心配になるんですよ。

ここまで、元気にしていただいた、やまびこのみなさん、これからも、よろしくお願いします。

●目次

- P1~ P2...やまびこネット 365
- P3~P5...元気報告
- P5.....協力寄付金
- P6.....よろず相談・義援金
24時間チャリティー
募金活動
- 介護コーナー
- P7.....寄付金
- P8.....市民レポーター

日々の暮らしをちょっとお手伝い『やまびこネット365』の利用について

「自分でやるには無理がある」という事、ありませんか？……

「ちょっと手助けがあると助かるのに」という事、ありませんか？……

例えば、障子の張り替え、敷物の交換、電球の交換、高い所の窓ガラス拭き、漬け物石を持ち上げる、衣替え、話し相手、外出時の付き添いなど、専門家に頼むほどでもないし、ちょっと手伝ってもらえればなんとかなるようなことです。

家族や親戚、知人に頼みたいけど、頼める人がいない。そんな時は、社協に問い合わせてください。



こたつの片付け
一人じゃ無理だな



社協へ電話して
『やまびこさん』
について話を聞いて
みよう



状況を聞かせてく
ださい。利用料等
について説明しま
す



協力員さんの都
合や得意分野を
考え調整します



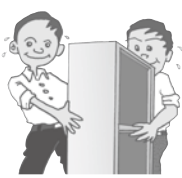
利用者と協力員の
都合の良い日・時
間帯に伺います



一緒にこたつを
片付けました ↓

ちょっとした

地域の誰かの困り事、地域の人みんなで助け合い



お喋りも弾みます
主婦の知恵で、
こたつ布団を干す
タイミングを伝授



病気をし、体調を崩したのを機に、サービスを使うようになりました。
バス停まで30分の一軒家に住んでおり、買物にも困っていました。「やまびこさん」が買物をして毎週末に来てくださるおかげで、色々な話もでき、ひとり暮らしが続けられています。何気なく口にしたことも気に留め、覚えていてくださったりすると、仕事の都合で帰省が難しい息子に変わり、娘が出来たようにで本当に嬉しく、来られる日を心待ちにしています。

昨年、庄原地域センターの職員から「庄原の和子さん（仮称）がお墓掃除を手伝ってほしいと言われたんですけど、お墓が比和にあるそうなんです。比和の地域センターでやまびこさんを手配できませんか？」と、問い合わせがありました。早速やまびこさんをお願いしてみたところ、「あく知つとる。比和の人よ。分かった分かった。墓掃除の道具はうちが準備するけん、タオルだけ持って来てもらって」と言われ、今回はやまびこさんに甘えさせてもらう事に……。

活動の当日、比和地域センターの前でバスを待っている、リュックを背負い、花を両手に抱え、手提げ袋を持って……とたくさん荷物を抱え、バスから降りられた和子さんはとても小柄な方でした。たくさん荷物を抱えバスに乗るといって大変さを前もって理解し、「最小限の荷物で良いよ」と言われたやまびこさんの言葉を思い出し、何だか胸がキュンとしました。

墓掃除は約1時間で終了。和子さんは「ちょっと前に体調を崩して入院していたので一人では不安じゃったけど、大変助かりました。本当にありがとうございました。」と喜んでくださいました。

やまびこネット365を利用するには

*利用料や活動内容については、お近くの社協地域センターへお問い合わせください。

*内容によってはお断りする事もあります。

*家族や知人・ご近所の支援を阻害するおそれがある場合…まずは身近な人に頼みましょう。

頼まれる方は頼む側が思うほど苦にすることなく、返って「頼りにされている」と嬉しいものです。

*本人の自立を妨げることになる場合…自分で出来る事は自分です、それが身体的にも精神的にも元気を保つ秘訣です。やってもらってラクをするばかりでは、自分を弱らせてしまいます。

*作業や仕事という規模になる場合…日常生活上のちょっとした事が対象です。

*機械や農薬を使う場合・高所など危険を伴う場合…加入している保険の適応外になる事はできません。

*一緒にされない場合…自分で出来る事は自分で、協力員はちょっと手助けです。一緒にすることで困り事の解決とおたがいさまの関係づくりをめざしています。「一緒に」とは、時間や気持ちを共有するという意味でもあります。



高野地域センター

0824-86-3044

頼んで良かったあ～



広島県建設労働組合第12地域連合庄原高野区の皆さんが、6月25日の「全国住宅デー」にあわせ、ボランティア活動を実施されました。

「社協の回覧を見て初めて申込みしました。」と言われるのは、としこさん(仮名)。この日、瓦と戸の鍵の修理を依頼。

屋根の上をスイスイ歩かれるボランティアさんに、「私が道路を歩くより上手に歩いてだわあ。」と会話しながら、作業をしてもらい「やっぱり瓦屋さんだね。色々心配だったけどこれで安心しました。」と笑顔。

としこさんをはじめ、この日、作業を申し込まれた皆さんは、大変喜ばれていました。建労ボランティアの皆さん、ありがとうございました。

この他にも日々の生活の中での困りごとや一人で不安に思われていること等がありましたら、いつでも社協職員に相談してくださいね。



比和地域センター

0824-85-2300

気分転換においでくださいね!



6月20日、介護者の会を開催し、西城病院の理学療法士、海渡聡子先生をお招きして介護者の心とカラダの健康についてお話を聞きました。

転倒予防の為にストレッチや、簡単にできる筋トレなどを実践。色々とおしゃべりしながらやっていると、話はやっぱり介護の話題へ。「あんだのところはどうなん?」「うちのはね～」とお互いの状況を話したり、「実は…」とちょっと悩みを話されると、みなさんすかさずアドバイス。

みんながみんな同じ境遇ではありませんが、「ちょっとわかるなあその気持ち」と思える仲間同士、ざっくばらんに楽しく過ごしました。良く考えてみると、これもちょっとした支え合

いですね。「たわいもない話や、何気ない一言が参加者の明日からの元気につながる」、そんな介護者会になればと思っています。



ゆめのいえ

0824-85-7031

「二十四の瞳の協力者」～比和小3年生の福祉体験から～

6月8日比和小学校3年生12名のみなさんが、地域の身近な福祉の体験場所として「ゆめのいえ」にやって来ました。初めて訪問する児童がほとんどで、どんな人が働いているのか、どんな仕事をしているのか、しっかり見学されました。

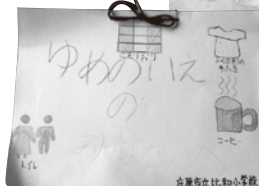
「牛乳パックでどんな物を作っているんですか?」「どうやって作っているんですか?」と“二十四の瞳がキラキラ”元気に質問。

ゆめのいえでは牛乳パックで座椅子を作っていますが、その牛乳パックはたくさんの方々に収集のお願いをしています。その中に、比和小学校の児童のみなさんが飲まれた牛乳パックも入っているので、変身ぶりにビックリしていました。

後日担任の先生から「子ども達がみんなで声を掛け合って、みんなが集めた材料を送って使ってもらおうと話しています。」と、すてきな話しと子ども達からのお手紙を届けてくださいました。

ゆめのいえは、これからも協力者のつながりを広げていきます。多くの人から支えられながら、支え合う喜び、つながる楽しさを発信していきたいと思います。

牛乳パックが
座椅子に変身
していく作業



3年生からの
うれしいお手紙



総領地域センター

0824-88-2796

輝いていこう!!

6月のある日、総領道の駅「光のドーム」は、響き渡る歌声、拍手、たくさんの笑顔でパワー全開。「歌は絆」と題し、「癒」「艶」「華」「輝」の思いを込め、カラオケ交流会を企画したのは80歳手前の土井さん。「仲間が集まり、楽しく好きな歌を唄うことで、みんなが元気になれる。元気が一番」と話されました。

この交流会は、体調を崩され好きな歌が唄えなくなった仲間を、昔の仲間が集い唄って元気づけるために行なわれました。気にかけてあい支えあえる仲間、共に楽しみ喜びあえる仲間、仲間って良いですね。

「仲間は大切な宝物」、「輝きを取り戻してもらいたい」と話された土井さんの言葉が印象的でした。



庄原地域センター

0824-72-7120

「これからの人生を考えて…」私にできるボランティア



梅木 正昭さん

残りの人生はあと30年？20年？いいや10年？考えていると無性に寂しさを感じ、高校時代の恩師に会い、話を聞いてもらいました。88歳の今も、先生は元気に地元の為にボランティア活動をしているとの事でした。

その時、自分も今から出来る事は社会奉仕が良いと思い、この春から“やまびこネット365”と“おでかけ応援隊”のお手伝いをさせていただいています。

身体が動く限り、いずれ自分が皆様にお世話になるまで頑張りたいと思います。

【ボランティア募集中】

おでかけ応援隊の運転ボランティア、ちょっとしたお手伝いのやまびこ協力員など各種ボランティア活動に興味・関心のある方は、お気軽にご相談ください。年齢・性別は問いません。



西城地域センター

0824-82-2953

心からありがとう

一人暮らしの紀子さん(仮名)は、圧迫骨折で腰を曲げる事が難しいなか、できることは自分で工夫し、ご近所さんと友人ご夫婦にも支えられながら生活されています。

重たいゴミを玄関先まで持って出るのがやっとの紀子さんに、「家のゴミを出すついでだから」とゴミ出しをしてくださるご近所さん。バス停まで歩くのが難しく、タクシーを利用して買い物や通院をされていると、「何もないときは連れて行っちゃうで」、「困ったときは言いんさいね」と友人ご夫婦。

「困った時だから、ちょっとした言葉かけや優しさがとても嬉しい」と紀子さんが話してくださいました。気にかけてくださる人がいて、困った時に「助けて」と言える。日頃からのつながりが、紀子さんの支えになっていると感じました。





東城地域センター

08477-2-0488

小さな小さな寄り合い場

小奴可の駅前に寄り合い場が誕生しました。初めて会う人、顔なじみの人、誰でも気軽にやって来て地域のこと、ご近所のこと、自分たちの身近で起こっている様々なことを話せる場です。

みんなの思いや願いをひとつずつ『かたち』にする、おたがいさまの気持ちで地域 みんなが心をつなげていくための場です。老若男女、どなたが寄っても大丈夫。

毎月第3金曜日13時30分から社協小奴可出張所(道後観光車庫隣り)で開いています。

お問い合わせは、東城地域センターまでお願いします。



口和地域センター

0824-89-2320

職場体験学習を終えて ～口和中学校 2年 石田成美～

6月18日から22日まで、口和地域センターで職場体験学習をさせていただきました。5日間の体験内容はすべて違うもので、配食サービスやおでかけ応援隊、訪問入浴、訪問介護などに同行しました。



訪問入浴に同行

はじめは緊張して高齢者の方に挨拶するのが精一杯でしたが、日が経つにつれ緊張が薄れ、ちょっとした会話が出来るようになりました。

話かけてみると、楽しく会話をしてくださる高齢者が多く安心しました。

この5日間、社協の仕事を体験して本当にいろいろと役立つことばかりだったと思います。それに社協の仕事はたくさんあって大変でしたが、地域の人々をつなぐ大切な仕事だと思っています。

私は社協のように、地域や地域の人々のことを考えながら私なりのボランティア活動がやっていきたいです。



告知

24時間テレビ チャリティー募金活動

今年のテーマは
「未来」

8月25日(土)～26日(日)

庄原会場

ジョイフルにて 8月26日(日)
9:00～18:00

東城会場

遊YOUさろん東城ほかにて 8月26日(日)
9:00～17:00(予定)

ボランティア募集中

一緒に街頭募金活動に参加しませんか?

- 庄原地域センター TEL0824-72-7120
- 東城地域センター TEL08477-2-0488



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

※予約制で一人の相談時間が30分以内です。
・8月3日(金)・17日(金)(13:00～16:00)
庄原市ふれあいセンター
・8月9日(木)(13:00～16:00)
東城ふれあいセンター

◎多重債務相談

※予約制で一人の相談時間が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

夏場の床ずれについて

梅雨も明け、日に日に暑さが増してきますが、なかなかカラッとした日がやってきません。特に日本の夏は、湿気が多いようです。そんな蒸し暑い季節で怖い物の一つは床ずれではないでしょうか。特に、寝たきりで過ごされている方にとって、この季節の床ずれは、大きな問題だと思います。今回は、夏場の「床ずれ対策」を考えてみましょう。

汗をかいたままだと蒸れやすいので、おむつ交換時にできれば清拭や着替えを行いましょう。

通所サービスや訪問介護・訪問入浴などの介護サービスを利用して身体の清潔を保つのも良いでしょう。

エアマットなどの予防具に除湿機能がある場合は使ってみましょう。

寝具をこまめに干し、乾かしましょう。



これから「暑さ」に負けて、食事が減ったり体力的にもつらくなる時期です。自分で抱え込まず、ケアマネジャーなどに相談しながら、無理のない範囲で床ずれを予防し、夏を乗り切りましょう。

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6月末までの義援金受付総額

88,801,397円

※左記の内83,093,660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。



素敵な言葉“おたがいさま”



訪問の様子

市民レポーター

数信自治振興区 奥田 耐子事務局長

“おたがいさま”とてもステキな言葉です。

日常生活の中にあつた助け合いの気持ち、でもいつからかこの言葉をあまり耳にしなくなった気がします。そこで数信自治振興区はいち早く、国庫事業のモデル地区として「安心生活創造事業“おたがいさまネット”」に手を挙げ、地域の見守り活動に3年間取り組んできました。

また、終了後も振興区の事業として継続して行くため2年前からは、“数信地区ふるさと祭り”で民生児童委員さんを中心に募金活動を行ったり、生活福祉部員さんが綿菓子のバザー出店で自主財源づくりにも取り組んでいます。

数信地区では訪問員が月1回の見守りを基本にして、買い物支援などの希望があれば月2回目以降の訪問で支援するよう計画していますが、現在は利便性のよい地域であること、そして高齢で買い物が難しい方のお宅を移動販売車で、安否確認をしながら回ってくださる方がおられますので今のところ買い物支援の希望はあまりありません。

今年は、自治会ごとで小地域対象者情報会議の充実に努め、自分達に出来ることは自分達で、おたがいさまの気持ちを常に持って、安心して暮らせる地域をめざして頑張りたいと考えています。



ふるさと祭りでの募金の呼びかけ



移動販売をさせていただいている桑原さん

広告



司法書士 飯田 一生
《広島司法書士会所属》

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

検索

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ようお願いいたします。

TEL0824-72-5460 FAX0824-72-5462