

元気がわら版

庄原市社協だより11月号【Vol.115】

サロン世話人研修会開催!

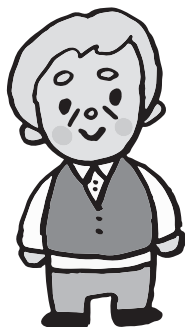
10月29日、30日に小地域サロン世話人研修会を口和・庄原の2会場で開催しました。

研修会当日は、両会場併せて約80名の参加者の皆さんと一緒に、「今後のサロンの役割について」の講義、「サロンでの困りごとの解決方法」のグループワーク、簡単介護予防体操を行いました。



P1...サロン世話人研修会
P2...サロン世話人研修会
P3...福祉サービス利用援助事業(かけはし)
P4...元気報告・庄原・西城・東城・口和

P5...元気報告・高野・比和・総領・介護のワンポイント
P6...よろず相談・おせちお届け隊ボランティア募集・協力寄付
P7...寄付金
P8...地域のものがたり(庄原)・広告



サロン世話人 研修会の様子



「サロンでの悩みごとを解決しよう!」

「地域の元気づくりのためには、まず自分自身が元気でいること」が大切ということで、普段の活動での困りごとや悩みごとをみんなで考え、それぞれのサロンの様子も含めて、情報交換を行いました。

みなさんからの声

- 高齢化が進む地域ですが、サロンを活かし前向きに進んでいくことが必要と感じました。
- 皆さんがんばって活動されているお話を聞いて参考になりました。
- 自分の胸のつかえが少し取れたように思います。



「介護予防とサロン活動」



庄原市保健医療課 塚本 麻里さん

いつまでも自分らしく元気に生活していくためには、

- 閉じこもらない生活を心がける。
- 趣味や運動、余暇活動等が効果的です。

そのためには、おしゃべりや情報交換で、脳に新しい刺激を与えたりみんなで調理や食事をしたりすることが必要です。

これらのことは、サロン活動そのもので、サロンに参加することは、介護予防・認知症予防につながっています!!

Let'sチャレンジ!! 介護予防体操

イスに座ったままでできる簡単な体操を学びました。

首・肩・腰をほぐし、頭の体操も体験。

終始笑顔が絶えない中、サロンで使える体操を学び、心も体も温まりました。



スポーツインストラクター 小原 美恵子さん(中央)

これからもサロン活動を通して、「庄原の元気づくり」をみなさんと一緒に進めていきたいと思ひます。

福祉サービス利用援助事業（かけはし）

一人でものごとを決めることが不安な人に対し、日々の暮らしに必要な、福祉サービスの利用手続きやお金のお手伝いをして、安心して暮らせるよう支援する事業です。



Q どんな人が利用できるの？

A 認知症や障がいなどによって、自分一人で福祉サービスの利用などを決めることに不安がある人や、日々の暮らしに必要なお金の管理に困っている人などが利用できます。

※障害者手帳を持っていない人や認知症の診断を受けていない人も利用できます。

Q どんな支援をしてくれるの？

A 次の2つの支援があります。

●支援内容

①福祉サービスの利用手続き・生活に必要なお金の出し入れのお手伝い
利用料：1,500円/2時間程度

②通帳や印鑑、大切な書類などのお預かり
利用料：1,500円/1ヶ月

生活保護受給者については、預かりサービス利用料(上記②)のみの負担になります。

Q 誰が支援してくれるの？

A 社会福祉協議会の専門員と生活支援員が支援します。

●専門員とは？

ご本人の困りごとや希望にもとづいて、どのような支援が良いか一緒に考えます。

契約後も、支援内容を変えたいときや心配ごとがあれば、相談に伺います。

●生活支援員とは？

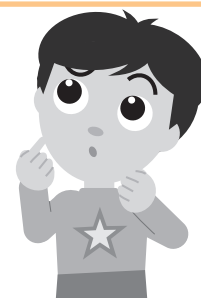
契約内容にそって定期的にご本人のもとへ伺い、福祉サービスの利用手続きや預貯金の出し入れなどを支援します。

Q どうすればサービスを利用できるの？

A まずは、社会福祉協議会へご相談ください。

秘密は必ずお守りします。

ご本人の意思にもとづき、ご本人と庄原市社会福祉協議会および広島県社会福祉協議会で契約を結び、支援を始めます。



●かけはしでの支援が難しいときは…。

ご本人、親族、関係機関などと話し合い、成年後見制度の利用などにつなげます。

●契約をやめたいときは…。

ご本人の意思にもとづいて、いつでもやめることができます。

市内外への引越しや著しく判断能力が低下した場合等で、支援を続けることが難しくなったときは、契約を終わりにすることがあります。また、ご本人が亡くなられたときも契約は終わりになります。預かり物はあらかじめ決めておいた「預かり物受取人」または「相続人」にお返しします。

庄原地域センター

0824-72-5151



コミュニケーションが若さの秘訣

10月7日にサロン「もくれんの会」におじゃましました。場所は「ふれあいサロン北」で不定期に集まっておられます。

メンバーは現在6人で、3年前から始められており、この日は、大版ハンカチを使って袋作りをしました。

みなさんで、ほかし肥料を作られたり、手芸をされたり、メンバー同志で話し合われながら、様々な活動を楽しまれています。



西城地域センター

0824-82-2953

安心して暮らせる社会をめざして

「認知症の人と家族の会広島県支部」から村上敬子さんを講師にお招きし介護教室を開催しました。



村上さんから、認知症の家族を介護された経験談のほか、現在の活動の中での思いを話していただきました。参加された方からは、「介護をする家族の思いや認知症の方の苦しみなど、心に響きました」「介護をしているので、思いに共感しました」などと感想をいただきました。

認知症の人と家族の会が目指す「認知症になっても安心して暮らせる社会」となるよう、これからも介護教室などで勉強会を実施していきたいと思います。



東城地域センター

08477-2-0488

自分の町を良くする仕組み～共同募金活動～

今年も10月1日から赤い羽根共同募金が始まり、東城地域でも様々な募金活動に取り組んでいます。

10月3日、第1回チャリティーグラウンドゴルフ大会を開催しました。当日は96名の方が参加され、交流しながら気持ちよい汗を流されました。

チャリティーグラウンドゴルフ大会の表彰式

募金コーナーを設置し、リサイクルバザーを行いました。

寄せられた募金は、地域福祉活動に役立てられます。みなさまのご協力ありがとうございました。

10月19日、約8千人が訪れた『ふれあい東城まつり・みのりの祭典』では、



口和地域センター

0824-89-2320

地域の輪

ひとり暮らしのAさん(95歳)。高齢になり、年々日常生活に不便を感じる事が増えてきました。しかし、Aさんの周りにはいつも友達が集まり、近所の方がさりげなく困り事を手伝っています。

そんなAさんが先日、「いつもお世話になっている皆さんに」と自宅で「感謝会」を開催されました。

「私ที่บ้านで暮らして行くことが出来るのは皆さんのおかげ」というAさんの言葉に、「Aさんの人徳よ」と笑顔で返す皆さん。写真の笑顔もそれを物語っています。おたがいさまの輪が、地域で広がっています。



高野地域センター

0824-86-3044



障がい者の皆さんから学びました

高野小学校6年生の皆さんが、10月16日に福祉協力校事業の一環で福祉保健センターの役割、利用されている人々との交流、社協職員の仕事について学びました。

当日、福祉保健センターへ集まられていた障がい者の皆さんとの交流では、「自分達が出来ること、してほしいことは何ですか」との子どもたちの間に、「皆が声を掛けてくれること、あいさつをしてくれることが何より嬉しいよ」と障がい者の皆さん誰もが言われ、それを受け、「僕たちは、しっかりあいさつや声を掛けていきます」と力強い言葉が聞かれました。障がいがある方に特別というのではなく、家族やお友達はもちろん、これから成長する中で「あいさつ」は大切な言葉です。これからも大きな声でしっかり、「あいさつ」をお願いしますね。



比和地域センター

0824-85-2300

またひとつ、繋がりがづくり

小学校が一つになり、子ども達との交流が少ない地域が増える中、学校側から地域に出向いてくださると、本当に地域の方達が喜んで子ども達を迎えてくださいます。今回は、比和小学校3年生が上古頃を訪ねました。集会所には地域のお茶のみメンバーが集まっておられ、子ども達が自己紹介を始めると「あっこの孫さんが！」「よう似とってじゃ！」と顔が分かり始めた様子…早速交流の開始です。

手遊び等を一緒にし、お互いの緊張もほぐれ、終始和やかムード。最後には「子どもが来てくれるのが一番うれしい」「楽しかった」「またおいで〜ね」と何度も言われ、子ども達も「楽しかった〜！」「また来るね〜！」と手を振って別れました。地域と学校の繋がりをこれからも一つずつ増やしていきたいと思ひます。



総領地域センター

0824-88-2796



地域ぐるみで取り組むために ～おたがいさまネット事業～

10月2日、総領自治振興センターにて、「見守り員・協力事業所説明会」を開催しました。

この説明会は、各自治会長、自治会から選出された見守り員、民生委員、この事業の取組みに賛同いただいた事業所に参加いただきました。

見守り活動に関する注意点等説明した後、質疑応答が行われ、参加者からは緊急時の対応や個人情報の取扱いについて質問や意見が出されました。

初回の説明会でもあり課題も多くみられましたが、今後もこの事業が総領地域全体の取組みとなるよう推進していきます。皆様の声もお聞かせください。



インフルエンザは、予防から！

インフルエンザは、インフルエンザウイルスの感染で起こる病気で、毎年11～2月にかけて流行します。感染力が強く、咳やくしゃみ、鼻水によって飛沫感染します。

予防には、外から帰ってきたらうがいや手洗いをしっかりしましょう。また、予防接種もその年に流行りそうなインフルエンザに効果を示すワクチンが接種されます。摂取後効果がでるまでに2週間程度かかり、5ヶ月間効果が持続するとされています。ワクチン摂取をした方は感染も軽くて済み、高齢者も肺炎が少なくなることから、積極的にワクチン接種がすすめられています。

よろず相談 のご案内



○一般相談(13:00~16:00)

- 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。
12月5日(金)・19日(金) 庄原市ふれあいセンター
相談時間は12:45~15:45

○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。
12月11日(木) 庄原市ふれあいセンター
相談時間は13:00~16:00

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。

おせちお届け隊 ボランティア

募集中!!

- 12月29日(月)▶西城・東城・口和・比和
12月30日(火)▶庄原・高野
12月31日(水)▶総領

今年も、買物や調理が困難な高齢者世帯・障がい者世帯で年末年始に家族が帰省されない方等に、おせち弁当をお届けします。

ボランティアによる配達をとおして、おせち弁当と一緒に地域のつながりや安心を届けます。

現在、調理・配達・食材提供など、一緒に活動・協力してくださる方を募集しています。



お申込み・お問い合わせは、各地域センターまでお願いします。

市民レポート

地域のものがたり

山のある暮らしに憧れて

～第二の人生へ挑戦～



佐々川さんご夫妻と愛犬ボブ君

●レポーター名:高町にお住まいの

佐々川 賢志さん・克子さん

私は島根県出身です。大阪で会社員をしていましたが、定年退職を機に愛妻と愛犬のボブと高町へ引っ越して4年が過ぎました。

定年後には田舎に引越し、父親と慣れ親しんだ山仕事や炭焼きをやりたと思っていたところ、雑誌の記事で見つけた物件に心惹かれ、高町に住むことを決めました。

最初は地域に馴染めるか心配でしたが、NPO法人マツタケ山再生研究会代表の方に声を掛けていただき、念願の山仕事をする仲間に入れていただきました。

チェーンソーで木の伐採や、薪割りなどの山仕事や、幼い頃に見た炭焼きにも挑戦したり、椎茸の植菌など初体験の連続です。そして何より作業後にみなさんと飲むお酒は格別です。

地域の皆さんに知らないことを教わりながら、少しずつ夢が叶い田舎暮らしがとても楽しいです。

妻は、自宅のピザ窯でピザを焼き、近所の方に食べてもらっているうちに、ゆくゆくはいろんな人が気軽に立ち寄れるサロンがやってみたいと思いはじめています。

これからも地域のみなさんと仲良く、地域に根ざした活動を行っていきます。今後とも宜しくお願いします。



広告

**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

司法書士 飯田 一生
《広島司法書士会所属》

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 パルナシユB2階 TEL:0824-72-2315 (要予約)

広告 備北交通 旅の御案内 庄原発

■主催:備北交通:まごころツアー-NO.30 好評受付中

- ①11月30日(日)発 鷲羽山で花月の膳の昼食と瀬戸大橋遊覧 大人:15,000円・小人:14,000円
- ②11月29日(土)発 日帰りミステリーツアー 大人:15,000円・小人:14,000円
- ③12月13日(土)発 川棚グランドホテルでとらふくと瓦そば料理 大人:16,000円・小人:15,500円
- ④12月6日(土)発 光の祭典:神戸ルミナリエ見学と豪華バイキング 大人:19,000円・小人:18,500円
- ⑤1月2日(土)発 初詣出雲大社御参拝 大人:11,000円・小人:10,500円

■その他多数企画しています。四国霊場めぐりも企画しています。※ひろでん中国新聞旅行主催企画

- ①12月10日(水) 道後温泉祭り:バス使用:庄原発着大人:18,800円~43,800円
- ②12月14日(日) 和倉温泉:加賀屋と山代温泉:瑠璃光:JR使用 三次駅から:大人:57,200円~71,200円

■備北交通の高速バスパック商品/ホテルユ・ヒロデン宿泊パック:庄原発・東城発と有ります。■問合せ:0824-72-2122:備北交通

お問い合わせ 広島県知事登録旅行業第2-380号 申込先 (庄原)〒727-0011 庄原市東本町三丁目11番16号

備北交通株式会社 TEL (0824) 72-7440

(営業時間)月曜日~金曜日9:00~18:00 ※税額日を除く たび館 総合旅行業務取扱管理者 森久 昭博 FAX (0824) 72-0610

広告

SHIGENBOU
しげんぼう
庄原本店

お好み焼き1枚から配達します!

- お好み焼き ¥800 ●ピザ焼き ¥700~
- 揚げ物 ¥500~ ●鉄板焼き ¥600~

全30種以上のメニューをご用意しております。配達エリア等お気軽にご相談下さい。

TEL:0824-72-3411

こちらのサイトから最新メニューがご覧頂けます。 delishige.blogspot.jp

学生の皆さんへ

専門学校や短大・大学へ通う学生の皆さん、社会福祉協議会でボランティア活動をしてみませんか。ご希望の方は、庄原市社会福祉協議会へご連絡ください。