



社協報

ふくし

186号

2018年3月

●発行●

飯島町社会福祉協議会  
 飯島町飯島2551番地  
 TEL0265(86)5511  
 FAX0265(86)5657  
 HP <http://www.iisyakyo.or.jp>

●印刷●

龍共印刷株式会社

## 第5回 飯島町社会福祉大会



～テーマ～

### 「楽しく 元気な地域づくり」

「音楽レクリエーション」で歌って、踊って、笑って、身も心もリフレッシュ！

#### 内容

- |                            |                       |
|----------------------------|-----------------------|
| 第5回飯島町社会福祉大会を開催しました…P 2    | 元気です。石楠花苑デイサービス ……P 6 |
| 飯島町社会福祉協議会長表彰 ……P 3        | おいでな！生きがい活動教室 ……P 6   |
| 社会福祉大会を終えて ……P 3           | あっとほーむ No.67 ……P 7    |
| 日赤奉仕団救護講習会 ……P 3           | こまくさ通信 ……P 7          |
| ボランティア情報誌「さくらそう」173号…P 4・5 | 仲間が集う はばたき ……P 7      |
| こんにちは!! ヘルパーです ……P 6       | お知らせ ……P 8            |

## 第5回社会福祉大会を開催しました

寒い中にも日差しの暖かさに春を感じられる晴天の2月18日(日)に第5回飯島町社会福祉大会を開催し多くの皆様にご参加いただきました。

今年は「楽しく元気な地域づくり」をテーマに、飯島町に住む全ての人が支え合いながら、住み慣れた場所でそれぞれができる事を行い、生きがいをもって自分らしく活躍できる、地域づくりを進めていくこと、まずは元気な地域づくりの為に、誰



もが楽しく地域福祉を考える機会となる様な大会としました。

はじめに、社協事業やボランティア活動などでご活躍頂いた方々へ表彰・感謝状の贈呈を行いました。日頃、ご協力いただいているすべての皆様に、改めて感謝申し上げます。

続いて主催者挨拶、ご来賓からご祝辞を頂き、参加者みんなで楽しめる様に「音楽レクリエーション伊那実行委員会」代表の春日くに子先生をお招きして、『昭和の歌謡で歌って踊って楽しい健康づくり』と題した講演を行いました。

前半は春日先生の音楽レクリエーションに対する思いや取組についてのお話をお聞きし、手話や手遊びを交えた、歌手でもある先生の歌声を楽しませていただきました。

後半は、「昭和の歌謡史」。懐かしい曲に合わせ、来場者も一緒に大きな声で歌いながら、折

り紙を使った手遊びに始まり、お花紙や紙皿などの小道具を手に踊ったりと、会場全体がとても楽しそうな笑顔に包まれた講演会でした。



当日は、音楽レクリエーション伊那実行委員会のスタッフの皆さんもお手伝いに来ていただ

き、素敵なパフォーマンスで会場を盛り上げてくださいました。



最後に、大会宣言「『1』とにも生きる福祉のまちづくり」のもと、子どもから高齢者まで誰でも声をかけあえる、温かで活力ある地域社会を実現しましょう。「元気な地域づくり」のため、ふれあいの機会をつくっていきましよう。」を確認し終了することが出来ました。

今後は、社協職員が音楽レクリエーションのサポーターとして地域へ出向きますので、ぜひご活用ください。

多くの皆様にご参加いただきありがとうございました。

## 飯島町社会福祉協議会長表彰

### ○表彰規程第2条該当（ボランティア関係）

- ・市ノ瀬 久 枝様（親 町）
- ・毛賀沢 武 子様（南 町）
- ・飯島町商工会女性部 様
- ・飯島郵便局 様

### ○表彰規程第3条該当（寄附金関係）

- ・堀 越 幸 夫様（鳥居原）
- ・城 田 孝 夫様（南仲町）
- ・羽 生 茂 美様（岩 間）
- ・塩 澤 かつゑ様（本 六）
- ・石 田 尚 士様（中 町）
- ・宮 脇 光 明様（赤 坂）
- ・吉 澤 成 身様（柏 木）



## 社会福祉大会を終えて

会長 後藤 康 良

大会には日頃から様々な社会福祉事業に温かいご理解ご指導を頂いてあります皆様方にご参加をいただき開催できましたことうれしく、心からお礼を申し上げます。今回も長きに亘りボランティア活動に、又多額のご寄附をされ福祉の発展にご尽力をされました方々に感謝状を贈り敬意と感謝を申し上げます。誰もが安心して暮らすことのできる地域福祉を実現するために福祉サービスを充実することが重要です。

特定の方でなく住民が主体となり支援を必要とする人に寄り添う心が大切です。「支え手」「受け手」という関係を超えて地域住民や地域の多様な主体が



「我が事」として参画し地域を創っていく「地域共生社会の実現」をめざす改革が図られます。社協は地域のつながりを高め、関係する組織や団体の皆様方にお力添えいただき身近な事として取り組み「住んで良かった」と実感できる豊かな地域福祉を進めるため努力をして参ります。

## 日赤奉仕団救急法講習会

日赤飯島町分区では、平成30年2月11日に救急法講習会を行いました。酒井武志指導員（飯島町）を講師に、傷病者の観察と体位変換について講習を受けました。

前半は、教本を用いての講義、後半は、二人一組になり、実技を行いました。

このような講習会ではAEDを用いた講習が主だと思いますが、今回は、119番通報やAED



Dを使う前段階で、傷病者の発生から生命の徴候の観察、傷病者の寝かせ方や体位変換、気道確保等の内容でした。短時間の講習でしたが、わかりやすく丁寧に指導してくださり、参加者にとって有意義な講習会になりました。

## ボランテア情報



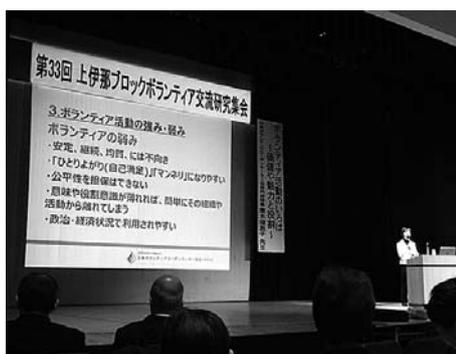
## 七くくらそてう

第173号

上伊那ブロックボランテア  
交流研究集会在開催されました

1月27日(土)に箕輪町文化センターに郡内より300名余りの関係者が参加されました。ボランテア活動の魅力、やりがいや改めて肌で感じ、新たな活動の創出のきっかけ作りとして明るく誰もが住みやすい地域づくりを目指して開催されました。

午前の部では、「ボランテア活動のいろは」その価値や魅力と役割」をテーマとして日本ボランテアコーディネーター協会代表理事の唐木理恵子様よりご講演いただきました。ボランテアについて何かの組織とつながらなくてはならない、継続的に活動を行わなければならないことはなく、自発的であること、ニーズに合った活動であることが大切です。ボランテアの強みとして、機動的であることやそれぞれの個性があり多彩であること、個々に応じることの暖かさなどがあり、反対に弱みとして自己満足になりやすいこと、活動の意味や役割が薄れてしまえば簡単に組織や活動から離れてしまふことがあげられました。



参加者からは「ボランテアの基礎について改めて学ぶ機会となった」、「ボランテアについて思い込みが多いことに気付いた」等の感想をいただきました。いままでの活動を見返し、これからの活動について考えていくよい機会となりました。

午後の部の分科会では、飯島担当分科会は「楽しく歌おう!!音楽レクリエーション」をテーマに音楽レクリエーション伊那実行委員会の春日希美先生を講師に、様々な音楽に合せ体を動かしました。まずは春日先生にキーボードで演奏していただき、弾き方やリズム、音の大きさによって伝わる雰囲気や違うことを体感しました。

認知症予防サービス「計画力」、「エピソード記憶」、「注意分割能力」についての実践として、「豆まき」の曲に合わせて色塗りをし、色塗りに夢中になると歌が止まり、歌いながらだと塗るのが難しく、皆さん苦労されていました。お花紙を2枚指にはさんで踊る「高原列車」、自分で



かいた魚の絵画を持つての「ソーラン節」では、参加者同士が踊り方を教え合う姿が見られ、会場中に絶えず笑い声が響いていました。



音楽レクは踊りを覚えていなくてもそれなりにいい、楽しくやるのが一番で、自分たちで工夫してやるのが大切だとお話されています。音楽に合わせて体を動かすことで、自然と笑顔になり、仲間同士のつながりがもてたと感じました。

参加者から、体を動かせてすっきりした、とても楽しかった、いろいろな人と話すきっかけになったと感想をいただきました。講師の先生やご参加いただいた皆様に心より感謝申し上げます。

## スリーハート塾

1月13日のスリーハート塾は給食サービスに添える飾り作り、閉講式を行いました。

給食サービスに添える飾りということで、少し気が早いですが、ひな人形飾りを作りました。画用紙を切って形を作り、千代紙で着物を表現しました。塾生はとても真剣に着物の柄や、メッセージなど悩みながらこだわって作っていました。一人一つずつ完成した物を添えてお弁当と一緒に利用者さんにお渡しすると、「わあ、可愛いありがとう」、「大事に飾るね」と、とても喜んでいただくことができ、塾生たちも嬉しそうでした。



給食サービスのお弁当を昼食としていただき、塾生同士おしゃべりをしながら楽しく食べました。

閉講式では後藤会長より修了証を塾生それぞれにお渡ししていただきました。塾生それぞれに感想を聞くと、10月に行った車椅子バスケットが楽しかった、またやってみたいと強く印象に残っているようでした。来年度へ向けたくさんの方に楽しく参加して頂けるよう計画をします。是非ご参加ください！



## 一二三睦会、ひまわりの会、糸ぐるま 新年会

2月9日に成人大学センターで一二三睦会、ひまわりの会、ボランティアグループ糸ぐるまの新年会を行いました。朝早くから糸ぐるまの皆さんにお料理を作っていただき、昼食をとりながら会員の皆さんとおしゃべりをしたり、演芸を観て楽しい時間を過ごしました。演芸は、歌や踊り、剣舞、手品など様々な内容で糸ぐるまの皆さんは手話ダンスを披露、皆さんとてもしなやかな動きで、「きれいだった」、「素晴らしかった」と感想があがりました。後藤会長には手品を披露していただき、トークで会場中が盛り上がりました。演芸の最後にはハーモニカ演奏に合わせて「信濃の国」



や「お富さん」、「ふじの山」などを歌いました。皆さん大きな声で歌って楽しみました。演芸後に集合写真を撮り、閉会となりました。

寒い時期で参加しづらいとの声もあったので、次年度はより多くの皆さんに参加して頂き楽しい会ができるよう企画をします。一二三睦会、ひまわりの会ともに随時会員を募集しております。興味のある方はお気軽に飯島町社協 (86-5511) までお問い合わせください。



## やらまいか講座



第2回やらまいか講座は「相続について」の講座で相続の基礎のお話は「へー！ そうなの」と思われももっとゆっくり聞きたいとの声もあり、30年度の講座で再度行います。

第3回「地域の居場所づくり」の講座は、富士見町で行っている「出張えんがわサービス」についてお聞きました。起伏の激しい土地柄皆が集まるのが容易でない為こちらからイスやテーブルを持参してお茶飲み会をしている話をお聞きました。「公介所に集まるばかりがサロンではないよ。近所の周が2、3人集まって話をしている場所はサロンだよ。」と話してくださいました。実際に地域の居場所を自分たちで作っている佐久市の「えんがわぼっこ」のお話し。食を通して孤独の解消みんなでおむすびを作って食べる「おむすび会」の事例発表では大変興味深くお聞きしました。



えんがわぼっこ忘年会



最後の講座は「音楽レクレーション」です。自分が楽しく歌うこと。歌が下手でも心配なし、楽しくやればそれでいい音楽レクでした。

# こんにちは!! ヘルパーです

ヘルパー  
コンボイント  
アドバイザー



ハム以外に、鶏ささみ、ツナ缶、カニ風味かまぼこなどで、うま味を足してもOK。



えんどう豆は食物繊維豊富で整腸効果があり!

## 「さやえんどうのサラダ風白和え」

材料 (1人分)

- ・木綿豆腐..... 1/3丁 (100g)
- ・さやえんどう..... 30g
- ・ハム..... 1枚
- マヨネーズ..... 大さじ2
- A 酢..... 大さじ1
- 塩、こしょう..... 各少々

若い豆は見た目が黄緑色をしています。これにはカロテンが含まれているからです。ベータカロテンは活性酸素を抑え動脈硬化や心筋梗塞などの生活習慣病から守り、皮膚や粘膜の細胞を正常に保つ効果があります。

作り方

- ①さやえんどうは筋を取って色よくゆでる。ざるにあげて粗熱をとり、大きければ食べやすい大きさに切る。ハムは半分に切ってせん切りにする。
- ②豆腐は水けを切ってつぶし、Aと混ぜ合わせる。①を加えてさっくり混ぜ合わせる。

# 元気です 石楠花苑デイサービス

☎ 86-6067

携帯 080-6937-1962

デイサービスでは、日ごろ家で体を動かすことが少ない利用者の方に、身体や頭を動かしていただけるよう毎日いろいろなレクリエーションを計画しています。

2月16日は、社協職員と利用者の皆さんで昼食作りを行いました。献立は巻寿司で昼前からすし飯を作り始め、フロアー内はお酢のいい香りが漂いました。

男性利用者も見よう見まねで巻きすの上にラップを敷いて、酢飯を広げ卵焼き、きゅうり、しいたけ、ソーセージを入れて巻いてくださいました。ラップでの巻寿司は初めてだと皆さんおっしゃっていましたが、昔取った杵柄で上手に巻き、見る見るうちに巻寿司が出来上がり、笑顔がこぼれました。

切ってみるときれいに具材がならび上手に出来上がっていました。昼食時には会長、局長も一緒にテーブルで楽しんでくださいました。

3月は、おはぎつくりを計画しています。季節の行事を取り入れ懐かしい話をしながら皆さんで料理を楽しんでいただけます。



# おいでな! 生きがい活動教室

電話 86-5511

携帯 090-4153-8434

みなさ〜〜〜ん!  
生きがい活動教室をしておりますか!

生きがい活動教室は65歳以上でお元気な方、ご自分で何でも出来る方なら介護保険を受けていても誰でも参加できます。

やっている内容は・・・体操、音楽療法、手芸、製作、ゲーム、脳トレ、音楽レクリエーション、調理などみなさんのやりたいことを取り入れられます。

今年度の外出は桜、もみじを見に行きお昼を食べ買い物をしてきました。

昼間1人で家にいる方、1人住まいの方、1日誰ともしゃべらなかつたなんて事ないですか。そんな方ちよつと見に来て見ませんか。

みなさんとお話しをしたりゲームや体操、脳トレ歌等を歌い大きな声で笑ってみましょう。



# ケアマネだより あっとほ〜む♥ No.67

石楠花苑内  
☎86-6686

## 日常生活用具貸与事業(吸引器)

吸引器とは、自身の力で痰や唾液などの分泌物を吐き出すことが困難な方に対して、口腔内、のど、鼻腔、気管にたまっていく分泌物を吸引カテテルで吸引し、体外へ出すための道具です。在宅医療が広がりを見せる中、吸引を必要とされる方も少なくはありません。

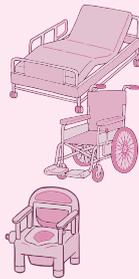
現在、病院では入院中から、退院に向けた吸引指導が行われています。社協では、入院中から吸引器の貸し出しが可能ですので、実物で練習することができ、在宅に戻っても安心して使えます。最近、吸引器の貸出希望者が多いことから、保有台数を9台に増やし、町民の皆様のお役にたてるよう備えています。吸引器の貸し出しは無償ですが、安全面や衛生面を考慮し、期間は6カ月となっております。引き続き必要な場合は更新手続きをしていただければ新しいものと交換してご利用いただけます。返却時に消毒代とホース・カテテル代として2986円をいただきます。

福祉用具貸出品につきましては、下記のとおりです。お気軽にご相談ください。

### 社協にあるもの 貸し出します！

#### <日常生活用具>

- ケガや病気等で急に必要になった時、ちょっとだけ使いたい時、買う前に試してみたい…
- 介護用ベッド (介護保険を申請していない人)  
※搬入・搬出代、洗浄消毒代がかかります
- 吸引器 ※洗浄消毒代、チューブ代等がかかります
- 車いす、歩行器、シルバーカー、杖
- 浴槽用の踏み台、シャワーチェア、ポータブルトイレ  
※短期間での貸し出しとなります



## 地域自立支援事業所 こまくさ園

# こまくさ通信

☎86-6172  
FAX 86-6285

1月18日にこまくさ園の作業場にて駒ヶ根のサンスポートの女性指導員に来ていただいたお楽しみ会を行いました。皆輪になって椅子に座り、まずボールを使った準備体操をしました。指導員さんの指示通り体を動かして体をほぐしていきました。いつも使わない所を伸ばしたりしたので体の硬い人は苦労していました。

ゲームは赤青に分かれて玉入れをしました。中央にカゴを並べて赤の人は赤いカゴに、青の人は青のカゴにそれぞれ玉を入れしました。2回戦までは1対1の引き分け、最終決戦はとても白熱した戦いとなり、その結果同点でした。とても楽しい時間を過ごす事ができました。

普段は作業中心の毎日ですが、時々このようなリラックスできる時間も作っていききたいと思っています。

また、利用者さん1名が1月末にこまくさ園を卒業され、A型事業所へと羽ばたいていきました。おめでとうございました。これをきっかけに他の利用者さんも次のステップに進める方が出てくると思います。



## 仲間が集う 多機能型事業所 はばたき

☎96-7655

多機能型事業所はばたき(障がい者施設)では、昨年5月の開所からご利用者様がだんだんと増え、にぎやかになってきました。毎日の活動として趣味活動では、ご利用者様一人一人内容が違い、十人十色の形となっています。俳句やパズル、五目並べ、お絵描き、歌などを取り入れ日々の楽しみの一つとして過ごしていただいております。また、趣味活動の他に運動や発声練習、体操等を行っております。

まだ外は寒くお散歩に出られない日などには、運動でデイサービスにつづく長い廊下を歩いたり、車いすの自走をしていただいております。デイサービスのご利用者様や職員から声をかけていただき皆さんやる気になって嬉しそうに毎日頑張られています。

こういった日々の活動から好きなことや目標など一緒に見つけ、楽しみにつなげていただけたらと思います。

これからもご利用者様、スタッフ共に健康で笑顔のある環境づくりに努めて参ります。



# 平成30年度ボランティア活動保険の申込み受付中！

## ボランティア活動をしていて何かあったら心配って思っている皆さん！ 「何か」が起きた時のお守りにいかがですか？

**加入対象者** 当社会福祉協議会へボランティア登録をしていただき、活動をされている個人・団体

**保障期間** 平成30年4月1日午前0時～平成31年3月31日午後12時まで  
(年度途中での加入も可能です。)

**保障内容** 本人が、ボランティア活動中に急激かつ偶然に起きた事故によりケガをした場合。または、偶発的な事故により他人にケガをさせたり、他人の物を壊してしまった場合。

**今年度より保険料がアップになります**

**年間保険料** 基本タイプ Aプラン350円  
Bプラン510円  
天災タイプ Aプラン500円  
Bプラン710円

天災タイプは地震・噴火・津波によるケガの保障がプラスされます。  
1人1口です。ダブルで加入しても1口分のみの保障です。

**加入方法** 所定の「加入申込書」に必要事項を記入・捺印していただき、「保険料」と共に社協窓口にお持ちください。

**対象となるボランティア活動とは、**日本国内における「自発的な意思により他人や社会に貢献する無償のボランティア活動」を言い、グループの会則に則り企画立案されている又は社協に届出(登録)されている。又は社協から委嘱されている活動の事です。

詳しくお知りになりたい方は、パンフレットを用意してありますので、お問い合わせいただくか社協窓口へお越しください。

善意をありがとうございました

### ●寄付金等

匿名 様

北街道高齢者クラブ 様

上ノ原高齢者クラブ 様

南街道高齢者クラブ 様

岩間ゆうゆうクラブ 様

春日平老人クラブ 様

飯島地区地域づくり委員会 様

南仲町 北富屋商店 様

南仲町 城田孝夫 様

南町いきいきサロン 様

親町高齢者クラブ 様

鳥居原いちいの会 様

山久自治会いちいの会 様

本二女性部 様

北河原 山田敏郎 様

南仲町高齢者クラブ (遺志金) 様

荒田いちいの会 様

本郷親睦の会 様

中町 石田尚士 様

●寄贈品

中町 寿会 様

有限会社七久保自動車工業 様

飯島町高齢者クラブ連絡協議会 様

「厚意を深く感謝し、福祉事業に活用させていただきます。」

### 相談

＜司法書士による無料法律相談＞

・4月18日(水)午後1時～午後4時

場所 石楠花苑相談室

※予約が必要になりますので電話にてお申込み下さい。

電話 86-5511

＜心配ごと相談改め

「(仮称) みんなカフェ」

民生児童委員さんが開催しています  
心配ごと相談所を、平成30年度からは

どなたでも来てお茶を飲んでおしゃべりできる場「カフェ」として開催します。

心配ごとがある方も無い方も、どなたでもお気軽に石楠花苑へ来て一緒におしゃべりしませんか。

・5月18日(金)午前9時～午前11時  
場所 石楠花苑

### 今後の日程

#### ◇給食サービス

4月18日(水) 5月18日(金)  
6月18日(月) 7月18日(水)

#### 義援金・救援金受付中

- ◇平成29年台風18号災害義援金 (平成30年3月30日まで)
- ◇バングラディッシュ南部避難民救援金 (平成30年3月31日まで)
- ◇平成29年7月5日からの大雨災害義援金 (平成30年9月28日まで)
- ◇平成28年熊本地震災害義援金
- ◇東日本大震災義援金 (平成31年3月31日まで)

☆受付時間：月曜日～土曜日 8：30～17：30

☆受付場所：地域福祉センター石楠花苑