



社協報

ふくし

188号

2018年9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26回飯島町ふれあい広場が9月9日(日)に飯島町文化館にて開催されました。

「ふれあい広場御礼」

ふれあい広場大会長 後 藤 康 良

地域の大勢の皆さんと共に交流や絆を深め、第26回ふれあい広場は大盛況の賑わいでした。実行委員、地域福祉推進員、ボランティアグループや多くの団体、個人の皆さんの参加と協働により楽しみ、助け合い、目的を達成する事が出来ました。ありがとうございました。今年も出店して頂きましたブースは賑い、ふれあいステージ発表も多彩な演芸で笑いを呼び、チャリティーバザー、各コーナー作品も好評でした。

社協はめまぐるしく変わる法改正の中、生活支援活動を強化し事業活動を進めております。イベント等を通じ、その役割を強い心で担ってまいります。今後ともよろしくお願い申し上げます。

「■」

ふれあい広場実行委員長 ■ ■ ■ ■

内 容

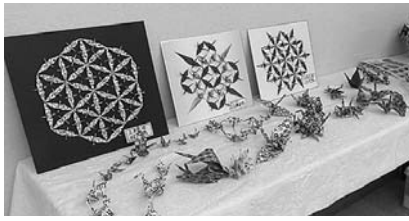
第26回飯島町ふれあい広場 P 2・3
ボランティア情報誌「さくらそう」175号... P 4・5
こんにちは!! ヘルパーです P 6
元気です。石楠花苑デイサービス P 6
おいでな! 生きがい活動教室 P 6

あっとほーむ No.69 P 7
こまくさ通信 P 7
仲間が集う はばたき P 7
お知らせ P 8

かな商品を販売しました。来場者は手に取って楽しみながら選んでいました。

～ボランティアコーナー～ ～体験コーナー～

ボランティアコーナーの展示は、色とりどりの絵手紙や、いくつも連なった折鶴、粉せつけんなど各ボランティア団体の作品に関心を集めました。併せて古切手のしおり作りと防災グッズの展示をし、防災コーナーでは、新聞紙で作るスリッパなどを作成し、災害時の備えについて考える機会となったのではないかと思います。



コーナーの一角には社協の利用者様の作品を展示させていただき、

石楠花苑、はばたき、生きがい活動教室の力作が並びました。

体験コーナー

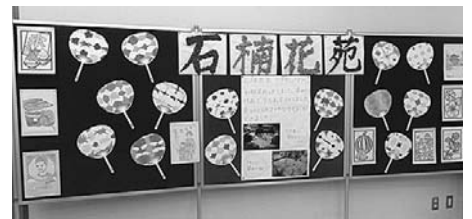
は健康麻雀と将棋。先を読みながら頭を使い勝負を楽しまれて

いました。

社協コー

ナーでは毎年恒例の長い巻寿司作りを行いました。

した。大勢の皆さんのご協力により、今年も立派な巻寿司が完成しました。



～ふれあいステージ～

午後のふれあいステージは十二団体に参加いただき、迫力ある太鼓の音色から始まり、踊りに歌にと各団体の魅力あふれる発表となり会場の皆さんも大満足でした。



～中学生ボランティア～

今年も会場の受付やごみの分別、販売の手伝いなどに飯島中学校の福祉委員の皆さんが協力してくださいました。中学生の参加によって、より活気のあるふれあい広場になったと感じています。



子どもからお年寄りまで幅広く大勢の皆さんにご来場いただき、また、多くの団体やボランティアの皆さんのご協力で盛大にふれあい広場を開催することができました事に厚く感謝申し上げます。





ボランティア情報

さくらぞう

第175号

岩間ゆうゆうクラブ

7月2日に岩間ゆうゆうクラブの皆さんが、建物東の草取り・草刈り、樹木の剪定作業をしてくださいました。暑い中での作業で、職員だけでは行き届かないところを、1時間ほどであっ



という間にきれいにしていたできました。また、室内では使用済切手の整理をしていたいただき、細かい作業をていねいに行ってくださいました。毎年、このようにボランティア活動をしていただき厚く感謝申し上げます。

※整理していただいた切手は、専門団体へ寄付させていただきます。海外で子どものワクチン代や教科書代などに役立てられます。

安心コール交流会

今年度の安心コール交流会は、伊那市高遠の「しんのの丘ローズガーデン」へバラ観賞に行ってきました。この交流会は、普段電話越しでお話をしている利用会員と協力員の交流を目的としています。あいにくの天気でしたが、色とりどりに咲くバラに見入っていました。観賞後、飯島に戻り食事交流会を行いました。その中で、電話がかかってくるのが楽しみで、いつも話を聞いてくれてありがたいといったことから、協力員も電話をかけることが楽しくなっており、交流会で顔を見て話ができよかったとお声をいただきました。来年もまた交流会で会いできるように元気に過ごしましょうとお話をして、会を閉じました。

安心コールとは・・・

・町内の在住の65歳以上の一人暮らしの高齢者、及び75歳以上高齢者世帯の方を対象に、週に1～2回程度協力員（ボランティア）が安否や健康、生活状況をお聞きする電話をかけるものです。利用会員、協力員いずれも随時募集中です。詳細は社協までお問い合わせください。



ひまわりの会

今年度第一回目のひまわりの会は、安曇野ちひろ美術館へ行ってきました。独特な水彩画に、会員の皆さんは足を止めて見入っていました。ミュージアムショップでは、複製画や、付箋、ノートなどが売られており、お土産に買っていました。

午後は、大王わさび農場に寄つて、お土産を買ったり、わさび畑の見学をしました。わさびソフとや擦りたてのわさびを食べ、農園を満喫できたと思います。

移動時間が長く、大変暑い日でしたが楽しく行ってきました。

ひまわりの会とは

町内にお住いの障がいのある方達の会です。会員は随時募集しておりますので、気軽に社協までご連絡ください。



スリーハート塾

今年度第1回目のスリーハート塾は、車椅子バスケの体験教室を行いました。飯田市で活動している車椅子バスケットチームの練習にお邪魔し、体験をさせていただきました。一般的な車椅子と競技用の車椅子の違いを教えていただき、実際に競技用の車椅子に乗って簡単な動かし方を教わりました。パスやシュートの練習をして、後半には試合をさせていただきました。塾生は慣れないことに苦戦をしていましたが、全員がシュートを決めるなど楽しみながら体験ができました。慣れてきたころには終了時間となっていました。最後に塾生から、難しかったけど楽しかった、また活動に参加したい、と感想がありました。今年度のスリーハート塾はもう一度計画しています。時期や内容は未定ですが、楽しく学べる企画を考えていますので、お誘い合ってください。



災害ボランティア報告（平成30年7月豪雨災害）

平成30年7月に豪雨災害のあった広島県三原市ではまだまだボランティアが足りないという事で、上伊那ブロック社協で災害ボランティアバスパックを計画し、8月26日～28日と参加してきました。参加者は全部で社協職員含め24名、飯島町からは3名の参加でした。

現地の生活再建はだいぶ進んでいましたが、災害の跡は至るところに残っていました。活動内容は、個人宅の床下の泥だし、梁についた泥落とし、障子はがし、窓ふきでした。他の班では、高圧洗浄機を使った壁の泥落とし、池に入り込んだ泥出しなどそれぞれのニーズに合わせた活動がありました。



三原市やニュース報道があった岡山県も、過去にこのような災害を経験したことがない地域という事でした。当町も36災害といった大災害の記憶が薄れていますが、災害はいつ起こるかわからないという恐ろしさを改めて感じました。また、上伊那ブロックで協同した計画というのは初の試みでしたが、やはり有事の際は連携、協同というものがとても大切なものであることを再認識出来ました。

ボランティアさん、募集！

以下の施設でボランティアを募集しています。新しくボランティア活動をはじめてみませんか。詳しくはそれぞれにお問い合わせください。

○飯島町デイサービスセンター石楠花苑 (86-6067)

募集内容：施設の窓ふき

○特別養護老人ホーム越百園 (89-1222)

募集内容：

- ・お花、書道、手芸などご自身の趣味を生かして、利用者と一緒にいる活動
- ・音楽、踊り、演芸などを発表・披露して下さる個人・団体



素敵な連鶴をいただきました

中条忍夫氏（宮田村）から、素敵な連鶴の作品を寄贈していただきました。中条様は、信州ねりんピックにも出品するなど数々の素晴らしい作品を作られております。

社協でも月1回、中条様を講師に連鶴楽苑（連鶴を作るクラブ活動）を行っております。※社協報に折り込みました「やらまいか講座」に、連鶴講座を計画しましたのでぜひご参加ください。



こんにちは!! ヘルパーです



ヘルパー
ワンポイント
アドバイス

・ソースの代わりにしょうゆで調味する場合は、肉のくさみ消しにしょうが少々を加えるのがおすすめ。



牛肉のうまみとレタスは相性抜群

「牛肉とレタスのソース炒め」

【材料】(1人分)

- ・牛もも切り落とし肉……80g
- ・レタス………2枚
- ・塩、こしょう………各少々
- ・サラダ油………小さじ1
- ・ウスターソース………小さじ1・1/2

肉などの動物性たんぱく質は筋肉や臓器などをつくる材料となり健康に生きるために大切なことです。レタスにふくまれるβ-カロテンは、強い抗酸化作用で老化防止や免疫力を高める効果が期待できます。

【作り方】

- ①牛肉は食べやすい大きさに切り、塩、こしょうをふる。レタスはひと口大にちぎる。
- ②フライパンにサラダ油を中火で熱し、牛肉をほぐすように炒める。
- ③②にレタスを加え、ソースをまわしかけて炒め合わせる。

元気です

石楠花苑デイサービス

☎ 86-6067

携帯 080-6937-1962

八月は「夏祭り」と称して、利用者様に昔を懐かしんでいただける縁日を催しました。

歩ける方はもちろん、車イスの方でも楽しんでもらえる様に、小さなプールを釣り堀に見立て、お菓子を入れたビニール袋にクリップを付けて、磁石の付いた釣り竿で釣るゲームを行いました。「沢山釣れた」と利用者様の声も聴かれ、笑顔が見られました。

また、輪投げを使って輪の中に入ったお菓子を取るゲームも同時進行、取れたお菓子は食べたり持ち帰ったりして、満腹の夏祭りを楽しんでいただきました。



おいでな!

生きがい活動教室

電話 86-5511

携帯 090-4153-8434

生きがい活動教室では、子育て中のお母さんと子どもとの交流を深めるために、子育て支援センターで一緒に「虫除けスプレー」を作りました。初めにアロマセラピーの先生が作ったスプレーの香りなどを楽しんだ後、五種類の虫の嫌いな精油から自分好みの香りを選び、オリジナルのスプレーを作りました。市販の物より肌にやさしいとの事で、家の中・畑仕事・草取りの時に使おうと喜ばれていました。ママポケットの皆さんとも交流し、冷蔵庫に付けるマグネットとブローチも作り、とてもかわいい物が出来上がり、さっそく胸元に着けていました。

また、五コースの皆さんがそれぞれにアイディアを出し合った素敵な作品を、九月九日に開催されたふれあい広場で展示し皆さんにご覧いただきました。

生きがい活動教室では、製作以外にも調理、音楽療法、リハビリなどの介護予防を取り入れながら、皆さんと楽しい教室を行っています。



ケアマネだより

あっと ほへむ♡

No.69

石楠花苑内
☎ 86-6686

男性介護者の会

社協では平成25年から男性を対象にした介護者の会を行っています。最近では男性介護者が増えてきていますが、介護について気軽に話したり相談したり出来る機会は少ないのが現状です。男性介護者同士が気軽に交流し情報交換できる場として開催しています。

今年度は11月■日(■)の夜に開催を予定しておりますのでご参加下さい。

猛暑で疲れが溜まりだした7月13日、毎年恒例のマッサージを行いました。町内の5名のマッサージ師さんにご協力をいただき、介護だけでなく家のことや仕事、更にこの暑さで疲れた体をほぐしていただきました。それぞれに「体が軽くなった」「気持ち良かった」「また頑張れるよ」など嬉しい感想をお聞きする事が出来ました。



介護者元気回復事業



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

「命にかかわる暑さ」とまでいわれた今年の夏でした。

こまくさ農園の野菜たちより元気なのは雑草です。夏野菜のナス、キャベツ、にんじん等々は水分不足気味でしたが、今になってナスは元気になり販売させて頂きました。

今年も、ボランティアさんにお世話様になりサツマイモの収穫をしました。この暑さで掘りたてなのに甘く、ホクホクの出来です。(収穫後、一週間から十日置くと味がのってきます。)



ふれあい広場では多くの皆様に購入いただきました。ありがとうございます。

近いうちに二回目の収穫をします。なくなり次第終了です。イベントやこまくさ園で販売します。



十月には毎年ご好評いただいております「干しいも」の入荷が始まります。イベント、こまくさ園にて来年三月末頃まで販売しますのでご利用ください。

その他、とてもおいしいヨーグルトゼリー、コーヒゼリーの販売もしています。

今年も十月より、こまくさ園謹製カレンダー二種類販売をいたします。

花カレンダーは飯島小学校の児童の皆さんから寄せられたかわいい俳句が載っています。貼り絵カレンダーは犬猫の他にも面白かわいい動物たちがいます。是非手にとってみてくださいね。

仲間が集う

多機能型事業所

はばたき

☎ 96-7655



はばたきでは毎朝、朝会を行った後全員で歌を歌う事が日課になっています。8月は「手のひらを太陽に」を元気よく歌いました。黒板の歌詞のしたには、「みみず、おけら、トンボ、カエル、あめんぼう」の絵が貼られ、絵を見ながら楽しそうに歌うことができました。

9月は「虫のこえ」を歌っています。社協にお越しになった際に元気な歌が聞けるかもしれません。

これは、ふれあい広場に展示した作品「ぶどう」です。好きな色紙を2色選んで頂き、切った紙をひとつひとつ丸くして繋ぎ、いろいろな種類のぶどうが出来上がりました。

