

社協だより

かしわ

2017年 春号 NO.69



世代を超えて交流!

発行者：生坂村社会福祉協議会 TEL69-3000 FAX69-3091
E-mail：info@ikusaka-shakyo.or.jp

印刷：有限会社花岡印刷



社協だより「かしわ」は、共同募金の配分金で発行されています。

地域支援

生坂おとこ塾

2月16日

第3回目の今回は、「いくさか大好き隊」のメンバーとの座談会を行いました。

長く地域で生活している「おとこ塾」の方々と、生坂での生活に最近かかわりはじめたメンバーが、地域の暮らしがどのようになっているのかなどお互いが質問をしながら、分からない事を確認し、有意義な時間を過ごしました。



頑張って参加

1月

平成28年の一年間、元氣塾に参加された方を対象に皆勤賞、精勤賞の表彰を行いました。年間11回の開催の中で、一度も休まずに参加された方に皆勤賞を、1〜2回の欠席の方には精勤賞を授与しました。

高齢化に伴い元氣塾の参加者も年々減少傾向ですが、今年も102名の方が参加しました。皆勤賞32名 精勤賞43名

お達者教室「栄養指導」

12月〜3月に12回の開催。

村の一般検診の結果を基に運動機能や口腔機能、栄養バランスなどの向上を目指す教室です。

この日は毎日の食生活に必ず摂取している調味料の砂糖についての勉強をしました。

身近にありながら知る機会が少ない物ですが、色々な事を教えて頂き食生活の見直しに役立っていきそうでした。ちなみに一日消化できて残らない摂取量は、20グラムとの事です。



「運動機能指導」

運動の指導は下里先生に講師をお願いしました。

12回の内、6回を運動機能向上に当てて筋力アップ・ストレッチ・手足の細かい動きからの認知症予防などを指導していただきました。ラテックスバンドを使用し、負荷をかけた運動はすでに定着して効果を上げています。

6回の運動指導で毎回参加された方には、先生より表彰がありお褒めの言葉を頂きました。

デイサービス

干し柿作り

11月

いただいた渋柿の皮を剥いて、窓際にのれんのように吊るし、寒さの中で鍛え上げると自然の甘みを蓄えた干し柿が出来上がりました。

デイサービスの利用者さんに皮むきをお願いしたところ、快く作業に参加してくださいました。

黙々と柿を見つめて作業する方もいれば、おしゃべりしながら楽しそうに手を動かす方もいて



(得意に皮をむく利用者)

(みごとな柿のれん)



自分なりに楽しんでいました。女性の方が多かったので得意とする方も多く、結構あつた数の柿の皮むきが、あつと言う間に終わってしまいました。

その後職員が玉のれんのように軒先に吊るし、自然の恵み(寒風と日差し)をいただきませす。時折手もみをしながら、カビが付かないように中身をジュシーに作り上げていきます。出来上がりは上々で、デイサービスのにおやつにいただきました。

風物詩あれこれ

12月

12月は何といつてもクリスマスでしょう。デイサービスもクリスマスツリーやプレゼントが登場しました。

くじを引いて出た文字が自分の名前に使われている文字と合っていれば当たりで、早く上がった人からプレゼントがもらえるビンゴゲームで、この時ばかりは親からもらった名前が吉と出るか凶と出るかハラハラドキドキでした。



(ゲームを楽しむ利用者)

(ゆず風呂)



もう一つは冬至の「ゆず風呂」です。デイサービスの入浴もゆずの香りがして、全身もエキスで元気になったような？身体がリラックスできて美肌効果があるのかも知れません。

日本人の幸せなところは、色々な香りの楽しみ方を知っていてそれが伝統として受け継がれている事でしょうか。

はるかぜ

壁の中の水族館！

2月

立派な身体に大きなウロコをまとい、いかにも美味しそう、いや間違えました、いかにも元気そうで今にも泳ぎ踊りだしそうな鯛の集団です。

デイサービス「はるかぜ」の談話室の壁に掲げられた、利用者の作品です。写真では少し判りづらいですが1×2mの大作で、本当に水族館？と思えます。



(製作に打込む利用者)



(大作完成!!)

一匹ずつ丁寧に仕上げられた色様々な鯛たちが、荒波を受けて躍動している勇姿が見事に表現されています。

利用者の皆さんも一つ一つのパーツを丹念に、心を込めて作り上げていく表情も生き生きとして、楽しい時間を過ごしているようでした。

皆さん是非一度、水族館を訪れてみては如何でしょうか。入場は無料です！

小学生と交流

12月15日

今回の交流は、小学生の企画で利用者と一緒にクリスマスカードを作り、綺麗に出来上がったカードをプレゼントしてくれました。孫やひ孫のような小学生から送られたカードを手にして笑顔で御礼を言っていました。

その後はベンチサッカーでゴールを狙って大きな声が響いていました。



(ゴールを目指してファイト!)

(完成したカードをプレゼント)



*おまけ
利用者さんが育てた「カラコンコエ」の鉢植えがベランダから日差しを浴びて元気に育っています。



共同募金配分事業

ボランティア 感謝の集い

2月23日

社協の事業に協力して
いただいているボランテ
ィアさんが一同に会して、
ゲームと懇親会で交流を
深めました。職員も感謝の
意味を込め、参加者と一緒
になって会に参加し、交流
をしました。

今回挑戦したのは「オーバルボ
ール」で、楕円形のボールを盤に
乗せて点数を競うチーム対抗戦。



(ボールが上手く転がりません)



(お願い止まって…)

参加者は赤・白・黄・
緑の4チームに分かれ
て持ち玉4球を順番に
転がして1回戦となり
ます。初めて興じる方
も多く、不安定な球の
転がり方で思った方向
に行かず、1投ごとに
笑や声援の渦で会場が
盛り上がりました。
参加者は職員も含め
ると50名以上になり、
普段なかなか話すこと
が出来なかった方とも
交流が出来る良い機会
となりました。
今後も社協の事業を
支えて頂く大きな力と
なるボランティアの皆
さんには感謝の気持ち
でいっぱいです。
只今までのボランテ
ィアに77名の方が登録
されています。自分に
あった活動がありまし
たら、是非参加してみ
てください。

高齢者ひとり暮らしの集い

11月17日

村内のひとり暮らしの方を対
象に、鹿教湯温泉「鹿鳴荘」で開催
しました。

30名の方が参加され、温泉にゆ
つくり浸かって、のんびりと話に
華を咲かせていました。

年に一度の集いを楽しみにさ
れている方もいたり、初めて参加
された方もいたり様々でした
が、深まり行く秋の一日を満喫し
ていました。



団体・その他

物づくりで熱中！

1月27日

長寿会女性部の皆さん20名ほどが、高齢者センターでメガネケースの製作をしました。

厚紙で作ったケースの芯に花柄やかすりを模した生地を貼り付けてから、形状に沿って曲げて行きます。最後に微調整をする

と品物が完成します。思い思いの柄で出来上がったケースに愛着が一層わいていました。



(手八丁 口八丁)



(演芸的一幕)

北部三村老連交流会

2月21日

生坂・麻績・筑北の三村の長寿会の皆さん約100名が集まり、シェーリングアルデンおみを会場に行われました。

各村の老連の活動発表を行った後の懇親会ではマジックショー、スコップ三味線、なんきん玉すだれ、などのステージを鑑賞して楽しみました。

活動の状況も含めて、意見交換も積極的に行っていました。

雑巾の寄付

12月26日

児童館の喫茶「ふうく」で働いているかたから、デイサービスに手縫いの雑巾が贈られました。

頂いた雑巾はテーブルを拭いたり玄関や棚を拭くのに大変役に立っています。

また、長寿会の女性部からも毎年多くの雑巾を頂き、皆さんの気持ちに感謝しております。



アンケートを実施

1月

元気塾参加者を対象に「暮らしやすい村づくり」を指すためのニーズを把握し、社協としてどんな応援が必要なのかご意見を集めました。

生活する中での近所付き合いや困り事、希望する事など現状を通して、どんなサービスがあれば暮らしの幅が広がるのか、近い将来に向けて取り組んでいく大事な資料を頂きました。

社会福祉協議会より

フードバンク ボランティア募集

地域で支える
食の支援

『フードバンク事業』とは

生活困窮者への『食』の支援として全国に広がってきている、
『もったいない』を『ありがとう』につなぐ、社会貢献活動です。
生坂村社協でも、地域の支援体制を作りたいと考えています。
そこで、対象者に提供する食品の寄付にご協力頂ける方を募集します。

対象品

米・野菜

現物をお預かり出来ないため、協力者リストを作成させていただきます。

協力者名、住所、連絡先、**協力可能時期**をお知らせください。

レトルト食品・缶詰・乾麺

現物をお預かり致します。

生坂村社会福祉協議会へお持ちいただくか、お問い合わせください。
(現物は**未開封**、**賞味期限1カ月以上**のものに限ります)

配布対象者

村内とその周辺にお住いの生活困窮者、支援を要する方、及び『まいさほ塩尻・東筑（自立相談支援機関）』の支援対象者等。



機会ある度に「フードバンク」のお話をさせて頂いておりませんが、紙面を借りて村民の皆様にも周知させて頂きます。
このパンフレットでは機関内（塩尻・東筑摩郡）の生活困窮者を対象に募集をしております。
大規模災害・震災についても名称こそ様々で、募集機関の違いこそありますが、困っている方に援助する姿勢は同じです。
社協でも期限の長い物は出来る限りの備蓄を考えておりますので、趣旨をご理解いただき皆様のご協力をお願い致します。また、米、野菜等の生鮮品につきましては、お名前の登録をお願いします。

掲示板(報告、お知らせ)

平成28年度 赤い羽根共同募金生坂村委員会より

10～12月にお願いしました戸別募金、歳末助け合い募金の結果を報告します。

平成28年度の合計は 627件 632,824円となりました。
目標は700,000円で達成率、約90%でした。

*皆様のご協力に感謝いたします。
この募金は長野県共同募金会に集約され
様々な活動に配分されます。

今年ご協力いただきました募金は、来年度の配分金として計画されます。社協では、地域の福祉団体にも配分をしています。配分を希望される団体は、連絡をお願いします。

寄付	11月	匿名(赤とんぼフェスティバル売上金)	10,000円
	1月	匿名	50,000円

*ご協力いただきましたご好意は福祉事業に有効に利用させていただきます。

「まいさぼ」をご活用ください。

～一人で悩まず、お気軽にご相談ください～
平成27年度4月生活困窮者自立支援法がスタート。当社協も「まいさぼ塩尻・東筑」出張所として相談窓口を開設しています。「まいさぼ塩尻・東筑」と連携し、生活や就労などでお困りの方の総合的な支援を行います。

日本赤十字社生坂村分区より
5月は日赤寄付金の募集をお願いします。
各常会長より各戸の皆さんに募金のお願いがまいりますのでご協力のほど宜しくをお願いします。

糸魚川大規模火災、熊本地震、鳥取県中部地震災害、東日本大震災
現在も引き続き募集しています。やまなみ荘、村役場、社協に募金箱が設置されています。
ご協力をお願いします。

せせらぎ公園の整備を暖かくなる4月から
予定しました。
4月27日(木) 5月25日(木)
6月29日(木)

大勢の皆さんのご協力をお願いします。

編集後記

春の日差しに近づきましたが、風の冷たさは残っていますね。
広報誌「かしわ」に地域の記事を掲載します。ご希望の方は連絡をお願いします。