

社協だより

# かしわ

2018年 冬号 NO.74



## 大日堂の石仏群

発行者：生坂村社会福祉協議会 TEL 69-3000 FAX 69-3091  
<http://www.ikusaka-shakyo.or.jp/>  
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。



## 生坂おとこ塾順調

7月～9月まとめ

昨年度より実施した男性版元気塾ですが、本年度は年間でのプログラムを参加者により組み立てています。

7月にはB&Gのプールでスイミングに挑戦しました。参加された皆さんは何年かぶりのプールと言うことでしたが、なかなかどうしてクロール、平泳ぎなどそれなりにこなしていました。挑戦するパワーはたいしたものです。



(さて泳ぐぞ)

(手つきはシェフ!!)



8月のおとこ塾は、簡単クッキングで「おとこの手料理」です。

手の込んだ料理は難しいので、市販の素を使ってザツクリと仕上がるメニューです。また季節の夏野菜も素揚げにして素材の旨さを楽しみました。唯一「肉じゃが」はひと手間かかるものでしたが、ジャガイモの皮むきや味付けもサッサとこなしてあまり細かい事は気にしないで、出来上がりはと言うと「美味しいじゃないか」という具合でした。

9月は写真撮影に村内を巡りました。今回は以前に交流の有った長野大学の学生も同行して、写真撮影のアドバイスを受けたリデータの保存方法を教わったりしながら散策も兼ねて出かけて来ました。

宇留賀の大日堂、下生坂の虚空蔵堂、上生坂の照明寺、小立野の乳房観音など仏閣や風景を自慢のカメラやスマホに収めていました。

石仏や仏閣に触れ、生坂にも良い場所が有るのだと思いました。



(乳房観音)

(ナイスショット!!)



## 長寿会でスポーツ大会

10月11日

秋のスポーツ大会は、やまなみグラウンドでグラウンドゴルフを実施しました。マレットゴルフから移行して2回目ですが、ルールやゲームに大分慣れて来ました。

かなりの距離を歩くスポーツですが、皆さん楽しんでいました。

東筑北部三村老連のスポーツ大会も、この競技が主体となっています。

(誰が一番早いでしょうか?)



## 季節の風物詩

11月

今年もいよいよこの季節がやってまいりました。そうです、干し柿作りです。この日のデイサービス利用者の中にはこの道のプロがいらっしゃいます。柿を見ただけで勝手に手が動いてしまう(そんな訳ない!) 沢山あった渋柿が次から次に皮が剥かれて整然と吊り下げられていきます。大きな粒のれんが寒風にさらされ、美味しい干し柿になるのが楽しみです。

## 道の駅で買い物

10月

オープンした道の駅「いくさかの郷」を目指していざ出陣! デイサービスからは近くですが、なかなか行く機会がないのが実情です。そこで利用者の方に見学を兼ねて買い物をして頂くことにしました。店に着くと早速、おやきや饅頭、新鮮な野菜、日用品などを手にとって購入していました。



(人形はケンちゃん)



## 腹話術で楽しむ!

7月

登場したのはミスターミヤックこと宮島さんで、デイサービスのレクリエーションの時間に腹話術、マジック、バルーンアートと多彩な芸を披露してくださいました。明科にゆかりがある浦安市在住の方で退職してからは始めたとの事でしたが、プロ顔負けの出し物で参加者の皆さんを魅了していました。バルーンアートの作品もなかなかの物です。

## 夏休みのひと時

8月

夏休みに児童館を利用している子どもたちが、元氣塾の利用者と一緒にお昼を食べて交流をしました。子どもたちは村の施設を見学して歩いた後に高齢者センターでお昼にしました。社協で用意した豚汁とゆで卵を、持参したおにぎりと一緒に美味しく味わうにほおぼっていました。利用者も突然のお客さんに大喜びでした。



(みんなで一緒にお昼)



## 赤十字にここに健康教室

11月1日

今年は、新設された古坂地区の介護予防拠点施設を会場にお借りして、昭津・大日向・宇留賀・古坂地域の日赤奉仕団、高齢者を対象に開催し、30名程の方が参加されました。

この教室は、日常生活での家庭介護やAEDを使用した救護の仕方などを含め、一日を楽しく過ごして頂くことが目的です。ロールプレイングで参加者がモデルになって解説しました。



(救護方法を熱心に学ぶ)

(美味しいカレーができてあがります)



お昼は炊き出し体験をしていただきますが、今回は趣向を変えてハイゼックスの中でカレーを作ってみました。米を入れて水を加えるとご飯が炊きあがりますが、野菜を入れて肉の変わりにツナ缶を加え、カレールーを一かけ入れて大なべに投入しました。

出来上がりは野菜の水分がスープカレーの感じになって結構美味しい物になりました。また小麦粉と牛乳を合わせた素材から蒸しパンも作ってみました。

## 高齢者ひとり暮らしの集い

11月22日

赤い羽根共同募金の配分金を使用して例年開催している事業です。

今年の企画は、音楽運動機材を使つての軽運動教室を行いました。会場になった裾花峡温泉「うるおい館」には25名が参加していただきました。

運動で汗をかいた後は、懇親会や入浴、交流で楽しい時間を過ごされていきました。



(歌う事はノドの訓練です)

## しだれ栗の群生見事!

10月

元氣塾秋の野外散策は、辰野方面に出かけ、趣き深いかやぶきの温泉施設で休憩、食事をしてから「しだれ栗森林公園」で国の天然記念物になっている大小様々な800本ほど自生する圧巻の景色を見学しました。

周りの木々も紅葉の時期を迎えていて、しだれ栗とのコントラストも最高の時期でした。皆さんも是非訪れてみて下さい。



(まるで本物みたいです)



## 文化祭に展示

9月13日

「はるかぜ」の皆さんが一生懸命に作った作品は、水中の世界を紙で表現したものでした。

金魚の群れが気持ちよさそうに泳ぎまわり、ところ狭しと遊んでいます。壁に飾られた水槽のように見事に出来上がりました。

見学に訪れた皆さんも感心しきりでした。しばらくは「はるかぜ」にて展示していただきますので是非お越し下さい。

## 小学生と交流楽しむ

本年度の交流は色々な関わりかたで楽しみました。

恒例になっている元氣塾の交流は小学校に出向いて小学生のプログラムでゲームや折り紙、歌の披露などで楽しみました。

デイサービスでの交流は小学生が訪問して、利用者とのレクリエーションで歌を歌ったりリースを作ったりして楽しい時間を過ごしました。



(ハイタッチ!!)

## 福祉学習で炊き出し体験

7月



中学生の災害福祉学習の一環として、災害時の炊き出し体験を行いました。実際に災害に見舞われた時に、何が出来るのか、出来る事は限られてしまうかも知れません。そんな時に一つでも知っている事、出来る事があれば役に立つと思います。そこで、ハイゼックスを使った炊き出しを体験していただきました。

手順を覚えていざという時には役立てて下さい。

## 中学生の奉仕活動に感謝

11月

高齢者生活福祉センターの館内のガラス窓の清掃をして頂きました。

大きな自動ドアを始め、中庭に接する窓は枚数も多く有り、面積も広いことから普段は職員がなかなか掃除することが出来ない状況でしたが、一度に大勢の生徒さんの手を借りて水拭きから仕上げまで、隅から隅まで綺麗に掃除して頂き感謝しています。





## 災害物資

10月

大雨、地震など各地での災害のニュースが溢れるほど流れた年でもありました。社協では日本赤十字社や赤い羽根共同募金により災害地への募金を呼びかけています。そこで災害物資の備蓄を始めました。種類は多くありませんが災害時に少しでも役に立つ事が出来れば良いと考えています。(本当は災害など無いほうが良いですが。)



## 「カミジヨウミカ」作品展

11月

安曇野市在住の画家カミジヨウミカさんの作品をデイサービス交流室に展示して、村内の皆さんをはじめ多くの方に観賞して頂きました。

開催のテープカットはデイサービスに交流に訪れた小学生も参加して行われ、デフォルメした空想画や抽象画の世界を見学していました。

## 新型車輛を購入

7月

平成28年度の赤い羽根共同募金の車輛整備事業の配分より補助をいただき、新型車輛を導入いたしました。

この車輛は主に「空白地有償運送サービス事業」で、村民の方を自宅から医療機関に輸送する事を目的に使用させて頂いてきます。毎年協力して頂いている募金も、皆さんのために利用できる部分として還元されています。



(お尻で字を書く!!)



## 介護予防教室

11月

元氣塾では下里先生による健康教室をやまなみ荘で開催しました。

ラテックスバンドやオモリを使った体操に加えて、今回は体幹のバランスを養う運動を行いました。おしりを使ってひらがなを書く、一文字書く度に身体のバランスを取るため結構な体力を必要とします。またバランスボードに乗るだけでも身体全体の筋力を使うので体幹もしっかりしてくるとの事でした。



ちょっとしたお困りごと、お手伝いします。

2019年4月より

本格始動

生坂村有生活援助サービス

# もりびと

◆『もりびと』とは・・・、村のこれからを【**まもり、もり上げる**】地域の支え合いとして、生坂村にお住いの障がい者や、お年寄りなどのちょっとした困りごと（30分以内）を、もりびと協力員が有償にて援助する事業です。



◆もりびとは、地域支え合いの仕組みであり、営利目的の事業ではありません。

## お手伝いできる内容の一例

◆30分以内の危険を伴わない軽作業◆

◆受付・サービス時間帯  
平日午前8:30～午後5:00

お手伝いの内容について、まずは  
ご相談ください。

畑の耕運

玄関先の  
草取り・雪かき  
など

ゴミだし

電球の交換

重い物の移動 など

◆利用を希望される方は、登録手続きが必要になります。

『利用したい』『協力したい』どちらも募集しています。まずはご連絡ください。

◆事務局◆ 生坂村社会福祉協議会 地域福祉課 69-1122

# 掲示板(報告、お知らせ)

## 平成30年度 赤い羽根共同募金速報

	件数 (件)	金額 (円)
戸別募金	602	593,910

\*目標額 700,000円 達成率 84,8%

10月にお願い致しました「赤い羽根共同募金」の報告です。皆様のご協力感謝致します。

## せせらぎ公園

5月より11月にかけて毎月ボランティア活動を行って頂きました。おかげさまで綺麗な公園を守り続ける事ができ、感謝しております。



## 寄付 (4月～11月)

4月	平林由晤 様	100,000円
6月	日本禁煙友愛会生坂支部	50,000円
5月	田代靖尚(遺言執行者)様 逸見睦子(故人)様	1,500,000円 ①
9月	匿名 様	11,800円
10月	民生児童委員会 様 生坂村民ゴルフチャリティー	18,960円 ② 18,030円

\*上記以外に、米、野菜、果実、タオル等沢山のご寄付をいただき感謝致します。

①



寄付者のご意向により軽自動車輻の購入をしました。

## 社協会費

7月にお願い致しました社協会費の集計です。

	特別会費	賛助会費	普通会費
口数	20	53	561
金額 (円)	200,000	159,000	841,500

合計 634口 1,200,500円でした。

皆様のご協力に感謝致します。

②



赤とんぼフェスティバルの売上金を寄付していただきました。

## 編集後記

今回発刊しました、社協だより「かしわ」は共同募金の配分金を使用して、年に3回発行しています。

内容につきましてご意見、ご希望等ございましたら社協までお問い合わせください。TEL 69-3000