



ふれあいネットワーク

— おおあみしらさと —

平成26年3月

No. 143

社協だより

ささえあう 福祉できずく まちづくり

発行

社会福祉法人
 大網白里市社会福祉協議会
 大網白里市大網131-2
 電話 72-1995 番
 FAX 72-1996 番
 E-mail: mail@oamishakyo.com
 ホームページ: http://oamishakyo.com



福祉講演会

ふれあいいいきいきサロンへ参加しませんか

子育てサロンへようこそ ~平成26年度予定表~

福祉
講演会

やさしく楽しい健康づくり

日常生活の中の動きを工夫し、健康づくりをしましょう

1月26日(日)、保健文化センター3階ホールで福祉講演会を開催しました。

講師として、国際武道大学教授であり、大学院研究科長の中島一郎氏をお招きしました。「やさしく楽しい健康づくり」日常生活の中の動きを工夫し、健康づくりをしましょう」をテーマに、総勢約220名の参加者が楽しく体を動かしました。

心も体も喜ぶ、体にやさしい健康運動のポイントを教えてください、椅子に座ったままでもできる無理のない運動や隣の席の人とペアになり、音楽や歌に合わせて運動を行ないました。

ユーモアいっぱい先生の話を聴き、手足の運動、首や肩をほぐす運動をし、会場は笑いに溢れ、和気あいあいとした、雰囲気の中、あつという間に1時間半の講演時間が過



ぎていきました。

運動だけでなく、脳の活性化につながる発声健康法や日常生活でもできる健康づくりの工夫に関する話も伺い、参加者からは「日頃、いかに体を動かしていないか痛感した」「この運動を日常生活の中でも取り入れたい」という感想が聞かれました。

講演終了時には、皆さんすっかり心も体も温まったようでした。

在宅での介護支援に

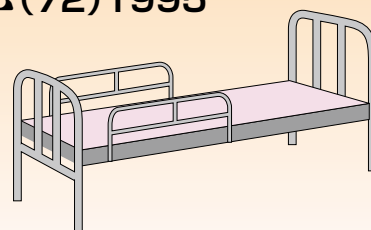
介護保険制度適用外の方で、日常生活において介護機器をご利用になる方、一時退院などでご自宅での介護を必要とする方、外出や怪我の治療などでご利用になる方へ、社会福祉協議会では各種介護機器の貸し出しを行なっています。(台数に限りがあるため、ご要望にお応えできない場合は、ご了承ください。)貸出期間は原則として3カ月で、**無料**です。

詳細につきましては、社会福祉協議会までお問い合わせください。

社会福祉協議会 ☎(72)1995

【貸し出ししている介護機器】

- *ベッド(パイプ型・ギャッジ型)
- *車椅子(普通タイプ・軽タイプ)
- *ポータブルトイレ
- *松葉杖
- *シャワーベンチ
- *四点杖



昔遊びを楽しもう

大網支部

1月17日(金)
の午前中、大網東小学校で、体育館と校庭に分かれ、あやとり、けん玉、竹馬など、10種類の昔遊びを総務委員、福祉教育推進委員が、児童に教えながら一緒に楽しみました。



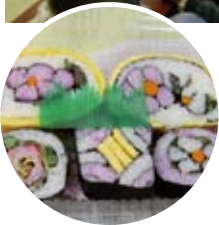
校長先生や担任の先生は、当初、心配そうな顔で見守っていましたが、色々な昔遊びをして喜ぶ児童の姿を見て、先生達もだんだんと笑顔が見られるようになり、この催しも回を重ねるごとに児童、支部の世代間ギャップも次第になくなってきました。

福祉教育推進事業も今年で3年目を迎えることになり、これからも福祉教育及び体験学習を通して、こすもすプランの基本理念「ささえあう福祉でさえずくまちづくり」を目標に地域福祉の更なる推進を図っていきます。

みやこ野ふれあいサロンを訪ねて

瑞穂支部

1月22日(水)、みやこ野ふれあいサロンの新年会をお訪ねしました。場所は、みやこ野自治会館の洋室で24名の会員が集り、懐かしい童謡、歌謡曲などを歌っていました。年齢を伺うと平均年齢70歳ほどで、男性6割女性4割の構成とか。毎月第4水曜日に集まり、ストレッチをしたり、大正琴を伴奏に童謡、歌謡曲などを合唱したり、おいしいお菓子を食べながら話しをして親睦を深めているそうです。会長さんのコメントでは、「皆さん家でじつとしていられるよりずっといい」とのこと。



この日は、今年度初めの会ということもあり、昼食を兼ねて、食生活改善協議会の方たちが房総名物である「太巻き寿司」を作っていました。皆さんは、太巻き寿しに舌鼓を打ちながら楽しく過ごされていきました。

車椅子操作とガイドヘルプ

増穂支部

2月10日(月)、今年度第3回目の理事研修として、車椅子とガイドヘルプの介助方法について、市社協職員を講師に研修を行いました。



車椅子の操作やガイドヘルプのコミュニケーションを受けた後、実際に中部コミユニティセンターからスーパーや郵便局を歩きました。

「歩道の幅が狭い」「垣根の枝にあたる」「車の往来が怖い」「少しの段差でもつまづく」など危険が大変多いことを実感しました。

この研修を通して、サポートの仕方や障がいを持った方々の普段抱える問題にきづくことができ、とても良い勉強になりました。

子ども見守り隊講習会

白里支部

2月3日(月)、コスモス荘で、交通事故にあわない為の講習を地域部会が企画し開催しました。東金警察署の宮内交通警部補に講師をお願いし、子ども見守り隊22名が受講しました。

特に、交差点での子ども見守り活動において、青信号だけではなく、車が止まったのを確認してから、一息おいて横断させることが大事。

「まだ渡れる」は「もう危ない」ということ。自転車も凶器になる車両であるということなど、改めて認識し、大変勉強になりました。

また、片岡地域部会長から、新年度からの見守り活動の班編成について説明があり、ご協力をお願いしました。



福祉作業所ニース

むし歯予防のために

1月29日(水)、保健文化センター集団指導室で歯科検診及び歯磨きの仕方等の指導を受けました。歯の検診が終わると歯科医師、歯科衛生士から個人の特性にあった口腔衛生指導や唾液を出して、むし歯予防をする健口体操を楽しみながら行いました。講話のなかで普段飲んでいる飲み物にどれくらいの砂糖が入っているかがわかり、むし歯にならないように歯磨きが必要なのだ改めて知ることができました。

家庭での歯磨きの仕方や歯科受診に関する内容を保護者の方々を含め、皆熱心に聴いていました。



善意のご寄附に心から感謝申し上げます

平成25年10月1日～平成25年12月31日まで(敬称略・順不同)

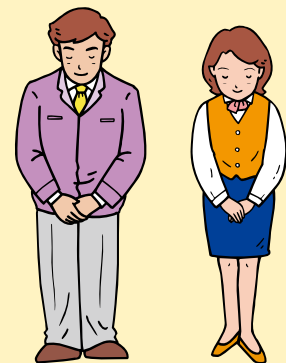
【金銭】

江口隆子.....	50,000円
大網白里市カラオケ愛好会.....	10,662円
千葉土建一般労働組合白里分会.....	10,000円
板倉千鶴子.....	30,000円
弥幾野先人会.....	13,088円
旭硝子労働組合千葉支部.....	20,000円
匿名8名.....	90,000円

合計 223,750円

【物品】

プルトップ・使用済切手・米・布地





子育てサロンへようこそ

～ 育てよう 明るいまちと 元気な子 ～



平成26年度

子育てを頑張っているお母さん、ちょっとリフレッシュしてみませんか。
皆様のご参加をお待ちしています。

対象 就学前のお子さんとお母さん
時間 午前10時～午前11時30分
持ち物 各自必要なもの（飲み物・おやつ・タオル等）
クッキングはエプロン、三角巾、布巾が必要です。

新サロンです。
遊びに来てね。

サロン名	ぴよぴよひろば		くすくすひろば		ころころサロン		のびのびひろば		
場所	中央公民館		農村環境改善センター (いずみの里)		中部コミュニティ センター		農村ふれあいセンター (やまべの郷)		
開 催 日	4月	10日(休)	楽しく遊ぼう	15日(火)	楽しく遊ぼう	17日(休)	楽しく遊ぼう	24日(休)	楽しく遊ぼう
	5月	8日(休)	歯科衛生士の話	20日(火)	おやつ作り	15日(休)	おはなし会	22日(休)	楽しく遊ぼう
	6月	12日(休)	楽しく遊ぼう	17日(火)	歯科衛生士の話	19日(休)	栄養士と歯科 衛生士の話	26日(休)	楽しく遊ぼう
	7月	10日(休)	お楽しみ会	15日(火)	子どもヘアカット講習	17日(休)	ママクッキング	24日(休)	楽しく遊ぼう
	8月	～ 8月は休みです ～							
	9月	11日(休)	ふれあい遊び	9日(火)	おはなし会	18日(休)	幼児の救命救急法	25日(休)	楽しく遊ぼう
	10月	9日(休)	応急処置	21日(火)	おやつ作り	16日(休)	ママリフレッシュデイ	23日(休)	楽しく遊ぼう
	11月	13日(休)	保健師の話	18日(火)	楽しく遊ぼう	20日(休)	ママクッキング	27日(休)	楽しく遊ぼう
	12月	11日(休)	クリスマス会	16日(火)	クリスマス会	18日(休)	クリスマス会	25日(休)	楽しく遊ぼう
	1月	8日(休)	おはなし会	20日(火)	楽しく遊ぼう	15日(休)	楽しく遊ぼう	22日(休)	楽しく遊ぼう
	2月	12日(休)	栄養士の話	17日(火)	布袋作り	19日(休)	ママリフレッシュデイ	26日(休)	楽しく遊ぼう
	3月	12日(休)	お楽しみ会	17日(火)	お楽しみ会	19日(休)	お楽しみ会	26日(休)	楽しく遊ぼう

1 参加費 1回100円(親子で)
※クッキング、工作等は材料費が別途かかります。事前にお申し込みください。

2 保険 保険をかけますので、初めて参加される方はご連絡ください。

☆日程、内容については開場等の都合により変更する場合があります。

ふれあいいいききサロン活動状況

No.	名称	開催場所	開催日	地区
1	ゆうゆうサロン浜宿	浜宿公民館	第2金曜日	大網
2	サロン上の宮	農業協同館	第3火曜日	増穂
3	なかよしサロン	柿餅公民館	第2水曜日	増穂
4	季美の森いきいきサロン	季美の森南2丁目自治会館	第1・3水曜日	山辺
5	三南コスモスの会	老人福祉センターコスモス荘	第3金曜日	白里
6	4区なかよし会	汐浜公民館	第4日曜日	白里
7	三中さざなみ会	老人福祉センターコスモス荘	第2金曜日	白里
8	木崎楽しみサロン	木崎公民館	第1月曜日	増穂
9	三北の会	老人福祉センターコスモス荘	第1土曜日	白里
10	愛敬の会	老人福祉センターコスモス荘	第1金曜日	白里
11	13区なかよし会	老人福祉センターコスモス荘	第2土曜日	白里
12	にこにこサロン	南横川南区下谷公民館	第3月曜日	増穂
13	いきいき堀川	堀川九十九里休憩センター	第3月曜日	白里
14	笑柳会(柳橋)	中部コミュニティセンター	第3金曜日	増穂
15	向日葵サロン	上谷新田青年館	第3金曜日	増穂
16	池田青葉会	池田公民館	不定	山辺
17	あじさいサロン	上貝塚公民館	第2木曜日	増穂
18	南玉清和会	南玉公民館	不定	山辺
19	大竹ときわ会	大竹公民館	不定	山辺
20	星谷いきいきサロン	星谷公民館	第4木曜日	増穂
21	いきいきサロン若葉	若葉区コミュニティ会館	第3木曜日	白里
22	サロン悠の会	北飯塚公民館	第2土曜日	増穂
23	わらび会	わらび台自治会館	第1金曜日	増穂
24	みやこ野ふれあいサロン	みやこ野2丁目自治会館	第4水曜日	瑞穂
25	寿サロン	会員宅(若草区)	第4金曜日	白里
26	北横川サロン	北横川公民館	第3金曜日	増穂
27	ふれあいサロン桂山	桂山公民館	第2木曜日	白里
28	れんげ	会員宅(細草)	第3火曜日	白里
29	宮ノ下あがた会	宮ノ下公民館	毎月12日	山辺
30	金谷2区青葉会	金谷2区公民館	毎月12日	山辺
31	ふれあいサロンながた野	ながた野2丁目自治会館	第4水曜日	瑞穂
32	大あみハイツサロン悠遊	大あみハイツ多目的室	第4金曜日	瑞穂
33	どれみサロン	会員宅(清名幸谷)	第3水曜日	増穂
34	いきいきサロン堀畑	堀畑公民館	第3日曜日	大網

社会福祉協議会では「ふれあいいいききサロン」を各区・自治会に一つずつ設置していくことを目標に各支部と取り組んでいます。サロンに参加したい方やサロンを開催してみたい方は、各地区の支部社協または、市社協までご相談下さい。

「ふれあいいいききサロン」に期待される効果

- 効果① 楽しさ・生きがい・社会参加
- 効果② 無理なく体を動かせる
- 効果③ 適度な精神的刺激
- 効果④ 健康や栄養について意識する習慣がつく
- 効果⑤ 生活のメリハリ
- 効果⑥ 一人ぼっちにならない
- 効果⑦ 寝たきり・認知症予防、介護予防へのつながり

「ふれあいいいきききサロン」に参加しませんか



お知らせコーナー ～コミュニティ～

大網白里市ボランティア連絡協議会

大網白里市ボランティア連絡協議会には、下記のような活動しているボランティアグループがあります。ボランティア活動に興味・関心がある方、是非一緒に活動しませんか。

グループ名	活動曜日・時間	活動内容
十日会	毎月3回 9:30～15:00	社協福祉バザー用品製作、福祉施設、子育てサロン等からの依頼品を作成し寄贈している。
結の会	月1～2回	声の広報紙（市広報・社協だより）・声の図書づくり
手話サークル 「歩み」	(昼の部) 毎月1・2・4火曜日 13:30～16:00 (夜の部) 毎週金曜日 19:00～21:00	聴覚障害者から手話を学び、お互い協力し合い情報提供、問題解決に取り組む。また、研修旅行、忘年会、新年会等楽しい行事も行なっている。
おはなしどんどん	随時	絵本の読み聞かせ・紙芝居・パネルシアター・ペープサート・手遊び
サークル・プライユ	毎月第1・3木曜日 14:00～16:00	カレンダーや時刻表等の点訳・郵便物の宛名書き・小学校の点字教室協力
増穂ひまわり会	隔月の第1火曜日	特別養護老人ホームでの入所者の散髪
まきの木会	毎月第1・3月曜日	特別養護老人ホームでの包布交換
囲碁・将棋訪問会	訪問先と調整して随時	介護施設等を訪問し、囲碁、将棋、マーじゃん、オセロ等をして交流する。
大網病院ボランティア 「青空」	平日9:00～11:00	大網病院に通院する患者さんの送迎車からの乗降介助。受付の際の手伝い等。花壇の手入れ。

問い合わせ 社会福祉協議会 電話 (72) 1995

増穂ふくしまつり

- 開催日時：平成**26年3月17日**(月)
午前9時30分～12時
- 開催場所：中部コミュニティセンター
- 展示・販売コーナー
(施設・団体等の紹介・手作り品の販売など)
- 体験・相談コーナー
(体力測定・健康相談・介護器具展示など)

ご来場を
お待ちしております。

○問い合わせ
社会福祉協議会 増穂支部
支部事務所 電話 (73)4688

日常生活自立支援事業 生活支援員募集

「日常生活自立支援事業」は、認知症高齢者、知的障がい者、精神障がい者の方で、日常生活において判断能力に不安がある場合に財産の保全、管理サービス、福祉サービス利用援助を行い、地域で安心した生活を送れるようお手伝いする事業です。この事業で活動いただける「生活支援員」を募集します。

生活支援員は、支援計画に基づき、定期的に必要に応じたサービスを実施していただきます。

募集要件(生活支援員登録)

- 生活支援員養成研修を受講できる方
- 普通自動車運転免許を所持されている方
- ※なお、現在、民生委員児童委員やホームヘルパーとして活動している方は登録できません。

※詳細はお問い合わせください。

○問い合わせ 社会福祉協議会
電話 (72) 1995

外出支援サービスを 利用しませんか

単独歩行が困難で、介護認定、障害者手帳の交付を受けている方を対象に、福祉車両での外出支援を行っています。

詳細についてはお問合せください。

運転手は、移送車のリフト操作、運行のみですので、自宅内及び目的地でのサポートは介助者をお願いします。

☆登録料
3,000円
(介助者1,000円)

☆利用料
30分 500円

☆登録申請が必要です。

問い合わせ ☎(72)1995



活躍する福祉車両「競輪号」

老人福祉センターからのお知らせ

【開館時間】

(日)～(土) 8:30～21:00

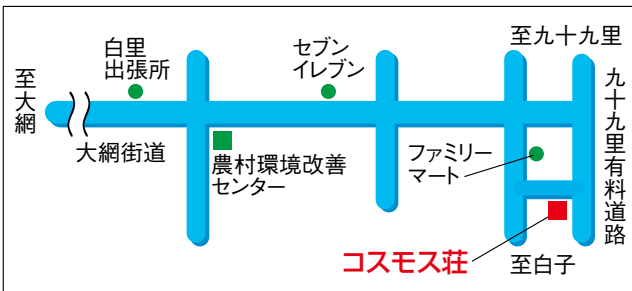
※祝祭日は休館です。

機械点検等のため、臨時休館する場合があります。

問い合わせ・申し込み

老人福祉センター ☎(77)4466

社会福祉協議会 ☎(72)1995



〈総合相談所窓口〉

○心配ごと相談…第2・第4 (月)
午後1時～4時(電話相談可)
主任相談員・一般相談員

○法律相談……………第1～第4 (水)
午後1時～4時 (予約制)
弁護士・主任相談員・一般相談員

○税務相談……………第2 (火)
午後1時～4時 (予約制)
税理士

○心の相談……………第2 (金)
午前9時～正午 (予約制)
臨床心理士

◇場所はいずれも福祉会館相談室です。
〈総合相談専用電話 70-1122〉

大網白里市社会福祉協議会は

土曜日も開館しています!

どうぞご利用下さい

【開館時間】(月)～(土) 9:00～17:00

福祉会館の2階「地域福祉センター」は、福祉団体や地域福祉活動をしている皆さんに広くご利用いただけます。

(約30名の会議などに利用可)



みんな場所を覚えてね!

法律相談を受ける方への お願い

- * 相談時間はおひとり20分程度です。
- * 相談内容をわかりやすく箇条書きなどにしてお待ちください。
- * 相談内容により必要書類などがあればお持ちください。