オレンジハート

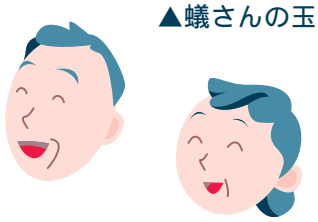
社協だより

No. 8
平成18年８月１日発行
編集・発行
ふれあいネットワーク
社会福祉法人
南相馬市社会福祉協議会
〒975-0011
福島県南相馬市原町区小川町322-1
ＴＥＬ 0244-24-3415
ＦＡＸ 0244-24-1271
印　刷：㈱こはた印刷所

▶うちの嫁さん

▲蟻さんの玉転がし

▶君といつまでも



▲応援に熱が入ります！

第1回南相馬市原町区高齢者スポーツ大会開催

原町東チームが見事優勝!!

平成18年６月30日(金)、南相馬市スポーツセンターにおいて、南相馬市・南相馬市原町区老人クラブ連合会・南相馬市社会福祉協議会の主催、南相馬市地域組織連絡協議会(母親クラブ)の共催により標記大会が開催されました。原町区内より1,100余名が参加し、83点の高得点を獲得した原町東チームが優勝の栄冠を手にしました。

なお、大会成績は次のとおりです。

優勝：原町東チーム（83点）　準優勝：石神北チーム（75点）　第３位：大甕チーム（72点）

新役員が次のとおり選任されました

平成18年7月1日より社会福祉法人南相馬市社会福祉協議会新役員が左記の体制になりましたので、よろしくお願い申し上げます。

《任期　平成18年7月1日～平成20年6月30日》

【理事　15名】

会長　門馬秀夫（再任）
副会長　馬場利夫（再任）
副会長　海老原弘昌（再任）
常務理事　渡邉光雄（再任）
理事　加藤満好（再任）
理事　大和田秀穎（新任）
理事　道中内隆（新任）
理事　牧野良二（再任）
理事　伊藤晃（再任）
理事　草野和子（再任）
理事　長澤弘子（再任）
理事　門馬孝子（新任）
理事　加藤功其（再任）
理事　荒川好精（再任）
理事　遠藤金定（新任）

【監事　2名】

監事　高橋典夫（再任）
監事　遠藤信一（再任）

会長就任あいさつ

社会福祉法人　南相馬市社会福祉協議会
会長　門馬秀夫

暑中御見舞申し上げます。

今年1月1日に南相馬市社会福祉協議会が誕生いたしまして7ヶ月を経過いたしました。この間、市民の皆さまには、本市社会福祉協議会の事業推進のためご支援ご協力をいただいておりますことに、改めまして敬意と感謝を申し上げます。

1月の南相馬市社会福祉協議会発足に当たり、新理事として選任され、市民の皆さまのご理解とご支援により仰せつかりました会長職の重責に努めて参りましたが、6月30日を任期満了として、その役職を辞することといたしておりましたところ、去る6月27日の評議員会において、本市社会福祉協議会は誕生から日も浅く業務が山積している今日、退任は時期尚早とのご判断をいただき、図らずも理事の選任をいただいた上、7月1日の理事会において会長の要職を仰せつかることとなりました。このような事情をご賢察いただきますようお願いいたしますとともに、ここに改めまして市民の皆さまに就任のご挨拶を申し上げる次第であります。

今日、社会福祉協議会を取り巻く環境を考えますと、少子高齢化の進行や地方分権の進展など社会環境が大きく変容する中で、市民の福祉に対するニーズは高まってきております。

一方では、国の厳しい財政状況により、行財政改革が進められ、公費補助の縮減など、従来の地域福祉活動の取り組みの基盤は大きな変革の時代を迎えております。

この度の3社協合併は、住民福祉の向上と新たな地域社会の構築など時代の要請に対応するものであり、社会福祉協議会の骨格となる組織の強化と財政基盤の確立を図ることが地域福祉事業のゆるぎない推進へとつながり、市民の力による福祉のまちづくりへと進展するものと考えております。

南相馬市社会福祉協議会誕生を契機に、市民の福祉ニーズを敏感に捉え地域の実情に応じた福祉活動を推進することが、会長としての使命であることを肝に銘じ、私が日頃、福祉の基本理念としております「明るく」「やさしく」「あたたかく」をもって市民の皆さまに社協の事業を提供いたしてまいりますので、ここにご支援ご協力を切にお願いをいたしまして就任のご挨拶といたします。

夏バテ予防

夏になると暑くてぐったり **暑さバテ**

薬膳の考えによる

体を冷やす野菜　トマト、レタス、きゅうり、茄子など

体を温める野菜　大根、かぶ、ごぼう、白菜など

上手に組み合わせましょう。

冷房で体が冷えきってしまう **冷えバテ**

熱 温 平 涼 寒

■東洋医学に基づく薬膳の考え！

①熱性の食べ物は体を温め、興奮作用がある。

②寒性の食べ物は体を冷やし、鎮静、消炎の作用がある。

■なぜ、野菜が体を温めるの？

①野菜に含まれるビタミンＥは血行をよくする働きと体内のホルモン分泌調節の働きがある。

②ビタミンＣは血液の主要な材料となる鉄分の吸収を促進する。

③毛細血管の機能を保持する働きがある。

■ビタミンＢ１を摂る

ビタミンＢ１は水溶性で汗とともに体外へ出てしまう。Ｂ１が不足すると疲れやすく体がだるくなります。食欲不振、吐き気、胃腸障害をおこす人もいます。Ｂ１を多く含む豚肉、うなぎ、ハム、ピーナッツ、レバーなどで積極的に補給を心がけよう！！

■香味野菜の利用で食欲増進

○青じそ……カロチンを多く含む。薬味に。　○しょうが……料理の風味つけや臭い消しに。

○みょうが……薬味やサラダに。　○唐辛子……料理のアクセントに。

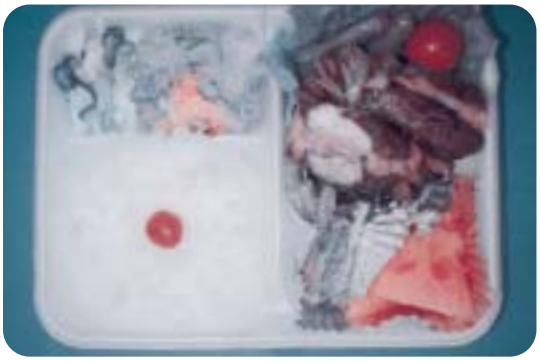
○生わさび……薬味として刻んで味噌汁などに。

■酸味を効かせる

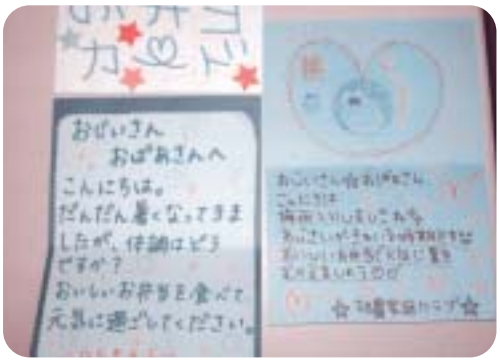
さっぱりとして食欲が増すので酢の物、酢豚、すし等のほか、レモンの絞り汁などを上手に利用しよう。

■リズムある生活を

規則正しい生活と適度の運動を心掛け、生活のリズムを保つように。また、睡眠は十分に取って疲れをため込まないようにすることも大切。



ひとり暮らし高齢者世帯へ
配食サービス事業を、行っております。



▶高校生からのやさしいお便り

◀配食ボランティア（相馬農業高等学校生）

夏を元気に乗り切りましょう。

地域包括支援センターでは こんな仕事をしています

自立して生活できるよう支援します

●要支援１・２と認定された人は、介護保険の介護予防サービスを利用できます。

●支援や介護が必要となるおそれの高い人や自立した生活をしている人などは、市区町村が行う介護予防事業を利用できます。

みなさんの権利を守ります

●高齢のみなさんが安心していきいきと暮らすために、みなさんの持つさまざまな権利を守ります。成年後見制度の紹介や、虐待を早期に発見したり、消費者被害などに対応します。

地域包括支援センター

地域包括支援センターでは、主任ケアマネジャー、社会福祉士、保健師などが中心となって高齢のみなさんの支援を行います。３人はそれぞれ専門分野を持っていますが、専門分野の仕事だけ行うのではなく、互いに連携をとりながら「チーム」として総合的にみなさんを支えます。

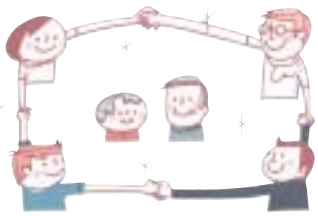
なんでもご相談ください

●高齢のみなさんやその家族、近隣に暮らす人の介護に関する悩みや問題に対応します。介護に関する相談や心配ごと、悩み以外にも、健康や福祉、医療や生活に関することなど、何でもご相談ください。

さまざまな方面からみなさんを支えます

●みなさんを支える地域のケアマネジャーの指導や支援のほか、高齢のみなさんにとってより暮らしやすい地域にするため、さまざまな機関とのネットワークづくりに力を入れます。

このほかにも、地域の実情に合わせて支援をします。



連絡先

南相馬市地域包括支援センター
①社会福祉法人　南相馬市社会福祉協議会

☎２５－３３２９（原町西地域）
☎４４－１７００（小高区）
☎４６－４６００（鹿島区）

原町東地域包括支援センター
②社会福祉法人　南相馬福祉会
※原町の地域についてはお問合せください。

☎２４－３３９０（原町東地域）

平成18年度 賛助会員の協賛依頼について

「賛助会員会費」は、会社、事業所、団体機関、施設、篤志者等より協賛いただく、当社会福祉協議会の地域福祉サービス事業の重要な運営・推進のための“会費”となっております。

地域のニーズにあわせた地域福祉活動、ボランティアの育成、生活援助資金・生活福祉資金貸付事業、福祉相談所の開設、地域権利擁護事業、いきいきデイサービス事業、外出支援事業、車イス同乗軽自動車の貸出、児童館運営事業、子育て支援事業、世代間交流事業、ひとり暮らし高齢者世帯への配食サービス事業・社会ふれあい交流事業、障害者社会参加促進事業、高齢者生きがい対策事業、リフト付福祉バス・福祉バス運行事業、福祉センターの施設貸出事業等を実施して、地域で安心して生活できるような社会の実現を目指していきたいと考えております。

これから皆様に「賛助会員会費」の協賛の依頼をしてまいりますので、ご協力お願いいたします。

1、ご依頼協賛会員会費　　1口 **10,000** 円から

2、「賛助会員」への対応
　①当法人の広報誌オレンジハート（社協だより）を毎月送付。
　②各区社会福祉センターの施設の使用の際、使用料を20%減免。
　③社協要覧（社協ＰＲ冊子）を送付。

※合併前までは、「賛助会員会費」の制度が下記の内容で実施されておりましたのでご報告いたします。
　①旧小高町社会福祉協議会では、「賛助会員会費」を一口5,000円でご依頼しておりました。
　②旧鹿島町社会福祉協議会では、「篤志会員会費」として、“法人”ではなく“個人”にご依頼しておりました。

【問合せ先　　本所　総務係　青田まで　☎２４－３４１５】

平成18年度母子家庭等就業支援講習会

～ホームヘルパー２級養成課程～のご案内

“福祉の職場で働きたい”という母子家庭の母等を対象に、専門的な技能・資格を習得し、就職に結び付けていただくことを目的に本講習会（ホームヘルパー養成講座２級課程）を開催いたします。

1、主　　催　　福島県/福島県社会福祉協議会
2、受講対象者
　・福島県内在住の母子家庭の母及び寡婦
　・全コース終了できる見込みの方
3、講座の内容
　通信添削課題→実技スクーリング→実習
　（全１３０時間）
4、受　講　料　　無料
5、実技スクーリング期間
　10/21～12/16までの土曜日（11/4は除く）
6、実技スクーリング場所
　南相馬地区　ニチイ学館　原町教室
7、申 込 締 切　　平成18年８月11日（金）

詳しくは、福島県社会福祉協議会　人材研修課（☎024－521－5699）までお問い合わせ下さい。

認知症介護相談のお知らせ

（認知症の人と家族の会相双地区会）

■相談方法１　相談会を開いております。

■日　　時　毎月第２（または第３）土曜日
　午後２時から３時30分頃まで
■場　　所　南相馬市市民活動サポートセンター
　（原町区栄町2-20　☎23-5420
　受付：午前10時～午後５時）
■問合せ先
　原 町 区　☎２３－４０４５
　（古山）午後５時～午後９時
　小 高 区　☎６６－２７２２
　（高橋）午前９時～午後５時
　鹿 島 区　☎４６－２４３８
　（梅田）午前９時～午後５時

■相談方法２　電話による相談をお受けしております。

■電話相談窓口　☎２３－３６２８（数間）
　受付時間帯
　午前９時～午後８時

鹿島区福祉サービスセンター

所 在 地　南相馬市鹿島区西町2-117
電話番号　0244－46－5354

益々元気に！ いきいきデイサービス

毎週月曜日 むつみ荘で実施している［いきいきデイサービス］

７月10日、鹿島区保健センターの保健師さんを講師に招き、「健康体操」を実施しました。毎週みんなで楽しくできる活動を行なっております。

保健師さんによる健康体操と
レクリエーションの様子

地域の広場

ここでは、地域で行っている様々な活動を紹介します。

▶ひまわりデイサービスセンターで利用者の皆さんとふれあいました。

南相馬市国際交流協会（鹿島区）は、今年で６回目を迎え、ベトナム「フォンドン大学」の留学生を招き、日本の伝統文化などを学ぶ交流事業を行っております。

７月11日から約１週間、鹿島区内のホストファミリー宅にホームステイしながら、南相馬市の歴史や昔ながらの遊びを体験し、またベトナムの文化を紹介する交流会などに参加しました。

今回来日した留学生は、「ズオン　ティ　トゥイ」さん
「ゴー　トゥイ　ゴック」さん
二人ともフォンドン大学の２年生です。

◀向かって右から、「ズオン　ティ　トゥイ」さん、「ゴー　トゥイ　ゴック」さん、アメリカからの留学生で見学にきていた「コーディー」君です。

▶それぞれの響きが幾重にも重なりあっています。

７月19日、日本文化の一つである「雅楽」を体験するため、鹿島区「勝縁寺」へ行きました。

住職から「雅楽」の由来、各楽器の説明をされましたが、見たことのない楽器もあり、はじめて耳にする合奏に戸惑いながらも酔いしれていました。

演奏終了後に、各楽器に挑戦しましたが、リズムに合わせて打つことができる「鞨鼓（かつこ）」「鉦鼓（しょうこ）」や、音を出すだけでも大変な「篳篥（ひちりき）」、最後には音を出すことをあきらめた「龍笛（りゅうてき）」などの楽器がありました。

留学生達は、時間が過ぎるのも忘れ、日本の伝統文化を心ゆくまで楽しみ、感動していました。

◀とても親切で丁寧な説明です

原町区福祉サービスセンター

所 在 地　南相馬市原町区小川町322-1
電話番号　0244－24－3415

日赤「ＡＥＤ（自動体外式除細動器）講習会」の開催について

日赤南相馬市地区では、皆様に健康で安全な生活をおくっていただくために、さまざまな講習会を開催しています。今回は、「ＡＥＤ（自動体外式除細動器）講習会」を開催いたしますので、皆様の参加をお待ちいたしております。

○日時・内容　平成18年８月30日（水）
10:00～15:00
・心肺蘇生法、ＡＥＤの使用法、学科と実技の確認
○講　　師　赤十字指導員
○場　　所　原町区福祉会館
（原町区小川町３２２－１）
○定　　員　２０名程度
○準 備 物　筆記用具、ズボン着用、昼食
○そ の 他　・受講証を発行いたします
・参加費は無料となっております。
○申 込 先　日赤南相馬市地区
（南相馬市社会福祉協議会）
☎２４－３４１５　佐々木まで

※８月23日（水）までにお申込みをお願いします。

『第77回ひとり暮らし高齢者の集い「ほのぼの会」（七夕まつり）開催』

原町区福祉サービスセンターでは、７月５日ひとり暮らし高齢者の集い「ほのぼの会」（七夕まつり）を開きました。区内に住む70歳以上のひとり暮らしの高齢者のうち、希望者97名が参加し、原町なかまち保育園の子どもたちの楽器演奏を聴いたり、一緒に手遊びを行いました。また、昼食は区内のボランティア団体９団体が、準備をしたお弁当を食べました。

（平成18年７月５日　原町区福祉会館）

小高区福祉サービスセンター

所 在 地　南相馬市小高区東町3-22
電話番号　0244－44－5970

ボランティアコーナー

小高区福祉サービスセンターでは、ボランティアに関する相談・紹介を地域の実情にあった募集で行っております。

「ボランティアをやってみたいけど…」、「ボランティアをお願いしたい」などボランティアに関することなら何でもＯＫです。

また、ボランティア活動希望者やボランティアをお願いしたい方などの受付・登録も行っておりますので、詳しく知りたい方は、下記までご連絡ください。

記

※場　所　小高老人福祉センター内
小高区福祉サービスセンター
杉浦まで（☎４４－５９７０）

※時　間　毎週月曜日～金曜日
９時～17時

平成18年７月８日（土）実施
福祉少年団清掃奉仕活動

小雨の降るなか、小高区内（駅前通り）の清掃活動（空き缶・ゴミ拾い）を実施しました。

平成18年７月14日（金）実施
小高区老ク連（祭場地草刈り奉仕作業）

相馬野馬追祭の野馬懸祭場地になる小高城跡の草刈り奉仕作業を行いました。

「まごころ」ひろば

平成18年6月16日～7月15日

■福祉基金

○小高区

【ご遺志金】

・武田万記子（上浦）
故 武田 貫市 様ご遺志として

・稲村 泰伸（一区）
故 福島由美子 様ご遺志として

・志賀 孝作（飯崎）
故 志賀いそ子 様ご遺志として

・田村 勇（岡田）
故 田村 道子 様ご遺志として

・越田 正志（井田川）
故 越田 タマ 様ご遺志として

・志賀 友行（浦尻）
故 志賀 直治 様ご遺志として

・石井 昭一（五区）
故 石井 定昭 様ご遺志として

・楽 登志夫（吉名）
故 楽 静恵 様ご遺志として

・紺野 義行（摩辰）
故 紺野巳之助 様ご遺志として

・前田 豊（小沢）
故 前田 久夫 様ご遺志として

・鈴木 国男（本町）
故 鈴木ハツノ 様ご遺志として

・及川 博（大木戸）
故 及川 繁雄 様ご遺志として

・鈴木 卓夫（旭町）
故 鈴木 重雄 様ご遺志として

・島 一（橋本町）
故 島 義明 様ご遺志として

・村松 春夫（雫）
故 村松ハナイ 様ご遺志として

・佐藤 揚彦（日の出町）
故 佐藤 末治 様ご遺志として

・青塚 隆（牛越）
故 青塚 茂子 様ご遺志として

・星 敏雄（国見町）
故 星 園子 様ご遺志として

・佐川 達也（千葉県船橋市）
故 佐川 勲 様ご遺志として

・上原 正光（北萱浜）
故 上原 正信 様ご遺志として

○鹿島区

【ご遺志金】

・只野 喜一（四区）
故 只野 キミ 様ご遺志として

・中河 惣市（二区）
故 中河 惣藏 様ご遺志として

○原町区

【ご遺志金】

・星 誠（二見町）
故 星 秋家 様ご遺志として

・森 賢一（大原）
故 森 秀雄 様ご遺志として

・佐藤 新一（石神）
故 佐藤ミツエ 様ご遺志として

【一般寄付】

・塩谷新二郎（東京都板橋区）
郷土原町の社会福祉のために

・大町白寿会
バス購入指定寄附金として

・ボランティアグループかやの実会
代表 小藤 悠芸
第15回かやの実会チャリティショー益金を

・国際ソロプチミスト原町
会長 門馬恵代子
リフト・カー購入のための積立金

・清川セツ子（上北高平）
配食サービス事業へ食材提供

（敬称を省略させていただきました）

老人クラブ活動に参加しませんか。

各地域の老人クラブでは、健康づくりや地域社会への奉仕活動、趣味活動等を通し、同じ地域・同じ世代の仲間づくりの輪を広げています。全ての老人クラブ活動に参加できなくても、できる範囲で、無理なく継続できる活動を老人クラブでは行なっております。60歳以上であれば誰でも参加できますので、お気軽にご連絡ください。

連絡先：各地域の老人クラブ会長または各区福祉サービスセンター

福祉相談所

○一般相談

小高区　8月7日(月)・15日(火)・25日(金)
9時～12時

鹿島区　8月10日(木)・30日(水)
9時～12時

原町区　毎週月曜日
9時～12時

※相談日以外は、社協職員で対応いたします。

《会　場》　各区福祉サービスセンター

○法律相談　8月7日(月)・9月4日(月)
9時～12時

《相談員》　弁護士

《会　場》　原町区福祉会館

※法律相談については当日8時30分より来所により受付します。

福祉の仕事相談日のお知らせ

≪日　時≫
毎月第3木曜日
平成18年8月17日(木)
10時～15時

≪会　場≫
原町区福祉会館

≪相談員≫
福島県福祉人材センター職員
※福祉の仕事をしたい方はご相談ください。

編集後記

暑い8月がやってきました！今年は子どもの頃の夏休みにした海やプールで泳いだり・花火をしたり・カブト虫を捕ったり・すいかをたくさん食べたりと、たくさん楽しいこと思い出して、暑さに負けず！夏を満喫したいと思います。（K）