

オレンジハート

社協だより

男性のための シニアボランティア講座



▲「車椅子の介助方法
・視覚障がい者の誘導方法」



▶「知って納得！介護の基礎」



▲「おもちゃドクター養成講座①・②」



新しい自分を 探すヒント

男性のためのシニアボランティア講座を6月4日から全6回、7月にわたって実施しています。

「車椅子の介助方法・視覚障がい者の誘導方法」では、実際に車椅子に乗ったり、アイマスクや白杖を使って歩き、段差や点字ブロックなどを確認し、障がい者の援助について考えました。

「知って納得！介護の基礎」ではオムツのあて方や種類を学び、ヨークルトを使っての嚥下体験、電動ベッドの寝心地や操作方法を確認しました。介護保険やサービス利用についての講義では「施設に入る場合は1カ月どのくらい費用がかかるのか」など具体的な質問が次々に出ました。

「おもちゃドクター養成講座①・②」では日本おもちゃ病院協会から講師をお招きして、テキストと教材を使い、おもちゃの分解や修理について学びました。

7月2日「男子厨房に入るべし」、7月10日「傾聴を学ぶ」の残り2回を予定しています。

デジカメに挑戦!



5月25日に小高区の浮舟文化会館にて「デジカメ教室」を開催、22人が参加しました。

画像の再生・消去の方法などの基本操作に加え、写真撮影の構図について勉強した後、バスで区内の「コピスガーデン」に移動し、野外で撮影を実施しました。

色鮮やかな庭園の花々やカフェの建物を被写体に、受講者は心ゆくまでシャッターを切っていました。

◀ いい写真が撮れていますね



▶ いい被写体は見つかりましたか?

中学生が高齢者疑似体験をしました

「高齢者疑似体験」と「ガイドヘルプ」を、6月4日、10日の両日、原町第二中学校3年生の総合学習の時間に約120人が受講し、出前講座を開催しました。

高齢者疑似体験では、肘や膝の関節が動きにくくなるサポーター、視野が狭くなるゴー

グルをつけて、高齢による動作の大変さを体感しました。

ガイドヘルプでは、車椅子の操作を覚えて段差の乗り越え方や坂での介助を体験したり、アイマスクをつけた相手を体育館から校舎までの敷道を誘導しながら歩きました。



▲うちのじいちゃんもこんな見え方なのかな?

手話の大切さを学ぶ

小高区福祉少年団で、6月21日に原町手話サークル「耳通口」の方を講師に迎えて、「手話教室」を開催しました。

子どもたちは、指文字の表現や、体全体を使つてのあいさつなどを教わり、その動き一つ二つ意味があることを知り、驚き感心していました。

◀ 手話っておもしろいね!



最後にジェスチャーを使った伝言ゲームとしりとりゲームを行いました。なかなか上手に相手に伝えることが出来ず苦戦していましたが、遊びを通じて覚える手話の魅力に引き込まれていました。



▶ 皆さん、とても上手ですね



熱戦が繰り広げられる！

心身の健康と生きがいづくりを目的に、南相馬市社会福祉協議会会長杯ゲートボール大会を、5月26日に真野川ゲートボール場にて開催しました。風薫るさわやかな五月晴れのもと、8チーム43人が

熱戦を繰り広げました。

《成績》

- 優勝：南右田チーム
- 準優勝：町4区チーム
- 第3位：上寺内チーム
- 第4位：江垂チーム



▲ナイスショット！

優勝目指してチーム一丸

第4回鹿島区老人クラブ連合会春季ゲートボール大会が6月2日に真野川ゲートボール場で7チーム37人が参加し、開催されました。熱戦を戦い抜いて、優勝の栄冠を手にしたチームは...

- 第4位：北右田チーム
 - 第5位：上寺内チーム
- ※上位5チームは相馬地方連絡会大会に出場します。

《成績》

- 優勝：江垂チーム
- 準優勝：南右田チーム
- 第3位：小島田チーム



▲みなさん、表情が真剣です！

しあわせ金婚夫婦表彰の 申込みについて

福島県老人クラブ連合会及び福島民報社で実施しています。

「しあわせ金婚夫婦表彰」の申込みは左記により、受付させていただきます。

◆対象者

昭和34年に結婚し、金婚50年を迎えた夫婦。前回までに手続きをしなかった金婚夫婦も受付対象となります（自己申告です。）



◆受付期間

平成21年7月10日(金)まで

◆申込方法

夫婦のお名前・年齢・住所・電話番号・結婚年月日を所定用紙にご記入の上、お申込ください。

申込用紙は、各区社協事務所にあります。

◆問合せ・申込先

- ☎ 44-15970 (小高区)
- ☎ 46-15354 (鹿島区)
- ☎ 24-13415 (原町区)

ふれあいの時間を 過ごしませんか？

高齢者ふれあい交流会を下記により開催します。対象は、原町区内の70歳以上のひとり暮らし、または2人とも75歳以上の世帯の方々です。お風呂に入り、ボランティアの方々とお話をしたり楽しいひとときを過ごしませんか？

◆日時

- ①ひとり暮らし高齢者
7月27・28・29日 午前10時～午後2時
 - ②高齢者世帯
7月30・31日 午前10時～午後2時
- ※参加希望者は、上記日程の内希望する1日のみの参加になります。

◆会場 もりのゆ (原町区南町3-12)

◆参加費 一人200円 (当日納入)

◆申込・問合せ先

各地区民生委員または、地域福祉係
☎ 24-3415 (原町区) 阿部まで



手話を学んでみませんか？

手話を知ること、聴覚障がい者への理解を深めることを目的として初級手話教室を開催します。

お気軽にご参加ください。

◆日程 毎週土曜日

7月18日・7月25日

8月1日・8月8日

8月22日・8月29日

9月5日・9月12日

いずれも、午後1時30分～午後3時まで



◆会場 原町区福祉会館

◆対象者

どなたでも参加できます。

◆参加費 無料

◆申込・問合せ先

地域福祉係

☎ 24-3415 (原町区) 三瓶まで

「フラダンスで笑顔になろう」

今年で3年目を迎えるフラダンス教室。楽しくゆったりした内容です。今回は市内3区に会場を設けますので、お気軽にご参加ください。

◆日時及び会場

・平成21年8月19日(水)

午前10時～正午

浮舟文化会館 (小高区)

◆準備物

ピンセット、小さいハサミ、ボールペン

※準備できない場合は、お貸しします。

※花びらなどの素材や台紙はこちらで準備します。

◆参加費 無料

◆講師 小高磐青の会

◆申込み・問合せ先

地域福祉係

☎ 44-5970 (小高区) 佐々木まで

◀ 昨年度の様子



◆参加費 無料

◆講師 中山 佳子氏

(いわきスタジオ研究科所属)

◆申込・問合せ先

地域福祉係

☎ 24-3415 (原町区)

鈴木まで

夏休み自由課題お助け事業

「押し花教室」参加者募集

共同募金配分事業

夏休みの自由課題で悩んだことはありませんか？

社会福祉協議会では、夏休み自由課題のお助け事業として「押し花教室」を開催します。

夏休み明け、色とりどりの花びらや葉っぱを使った、自分だけの作品を仕上げてみましょう！

◆日時

平成21年7月30日(木)

午前9時～午前11時30分

◆会場

小高老人福祉センター

◆対象者

市内の小学生(低学年の場合)、保護者同伴)

※おじいさん、おばあさんとの参加も大歓迎です！



▶ 講師の中山佳子さん





▲この迫力! ぜひ、お越しく下さい

映画&講演会 『いい爺いライダー』

南相馬市と同じ平成18年に合併してできた北海道のむかわ町穂別ほつべ。

ここに住む高齢者の方々が中心になって取り組んできた映画製作が全国で話題になっています。

「総務大臣賞」を受賞した映画の上映と、彼等を支えた保健師やユニークな存在感が話題の出演者を迎えて楽しいお話を聞かせていただきます。ぜひ、お越しく下さい。

日時

平成21年7月18日(土)
午前10時～正午

会場

サンライフ南相馬

チケット

全席 500円

チケット販売所

・各区の社協事務所まで
小高老人福祉センター内

鹿島区社会福祉センター内
☎ 44-5970

(むつみ荘)
原町区福祉会館内
☎ 24-3415

主催

南相馬市社会福祉協議会

後援

朝日座を楽しむ会
福島民報社
福島民友新聞社
NPO法人はらまちクラブ
南相馬市
南相馬市教育委員会

家族介護教室のお知らせ

「介護からみた人の一生について」

～こころを豊かにするために～

南相馬市地域包括支援センターでは、下記の内容で家族介護教室を開催します。お気軽に、ご参加ください。



①日時 平成21年8月5日(水)
午後1時30分～午後3時30分

②会場 鹿島保健センター

③講師 中野目山 阿弥陀寺
住職 藤原 英雄氏

④内容 講話「介護からみた人の一生について」
～こころを豊かにするために～

⑤対象者
・要介護高齢者を介護している家族の方
・介護に興味がある方
※市内在住の方を対象とします。

⑥定員 20人程度

⑦参加費 無料

⑧申込み・問合せ先
南相馬市地域包括支援センター(鹿島地域)
☎ 46-4600(むつみ荘内)まで

献血にご協力ください

7月は「愛の血液助け合い運動」月間です。

夏場は、献血者が減少します。安定的な輸血用血液の確保のため、ご協力ください。

日時

【小高区】

・7月8日(水)
ダイユーエイト小高店前
午後3時～午後5時

【原町区】

・7月14日(火)
旭公園
午前9時45分～午後5時

【鹿島区】

・7月29日(水)
鹿島区役所
午前10時～午前11時45分
鹿島保健センター
午後1時～午後2時30分
JAそうま本店前
午後3時～午後5時



第1回

平成21年度福祉の就職説明会

福祉の就職総合フェア2009

目的

福島県内の社会福祉施設などに就職を希望する求職者を対象に、人材確保の推進を目的として行います。

対象者

福島県内の社会福祉施設などに就職を希望する求職者及び平成22年3月に卒業予定の学生

会場

「ビックパレットふくしま」1階多目的展示ホールA
郡山市安積町日出山字北千保19-8

日時

平成21年7月31日(金)
午後12時30分～午後4時

主催

福島県社会福祉協議会

内容

- ①「求人面接コーナー」
- ②「ハローワーク・ナースバンクコーナー」
- ③「各種相談コーナー」

- 施設・社協相談
- 資格取得相談
- 福祉の進路相談
- ボランティア相談

④「福祉人材センター相談コーナー」

相談センター

⑤「福祉情報提供コーナー」

参加費 無料

参加申込

当日自由参加

問合せ先

福島県社会福祉協議会
人材研修課
担当 斎藤・佐藤

☎ 024-521-5662
FAX 024-521-5663

多重債務無料法律相談会

多重債務者の救済を目的として、福島県弁護士会主催により月2回、無料法律相談会を開催します。予約が必要になります。

日時

平成21年7月3日(金)
17日(金)

会場

午後1時～午後4時まで
南相馬市役所1階
市民相談室

定員

6人程度(1人・30分位)

相談方法

電話予約による面接相談のみです。当日は、事前

相談カードの記入が必要になります。(氏名、住所、家族状況、債務内容など)

相談後

初回の相談料は無料ですが、相談後、事件委任を希望され、弁護士が相談・交渉・訴訟などを行う場合は有料となります。

予約受付

環境安全課
(平日 午前8時30分～午後5時まで)

問合せ先

環境安全課
☎ 24-5231

認知症相談会

認知症の人と家族の会では、毎月認知症についての相談会を実施しています。お気軽にご相談ください。

日時

毎月第2月曜日

※今月は、平成21年7月13日(月)

午後1時30分～午後3時30分

会場 原町区福祉会館 相談室

問合せ先 ☎ 23-4045 古山まで



第七回 誌上法律相談 !!

『遺言のすすめ』



ひばり法律事務所
弁護士 西 山 健 司

みなさん、自分が亡くなった後のことを考えたことはありますか？
もし、夫、妻、子供3人の5人家族で、夫に資産として自宅土地建物と預貯金500万円がある場合に、夫が亡くなると思います。夫の遺産は、自宅土地建物と預貯金500万円です。遺産を分ける割合である法定相続分は、妻が2分の1、子供3人

それぞれが6分の1となります。妻と子供3人の話し合いで、夫の遺産についてどう分けるか、話がついておきまれば何も揉め事はないと思います。今から自分が亡くなったときのこ

とをよくよく考えておくことが重要です。

では、どうするか？それは遺言を書くことです。ただ、一口に遺言と言っても、①「種類」がありますし、種類によってきちんと②「法律上の要件」を整えていなければ、これも後で争いの種になります。また、③「財産の分け方」にも工夫が必要です。全ての遺産を相続人の一人にあげるといのは、他の相続人に遺留分という権利（遺産の一定割合を取得できる権利。法定相続分より少ない割合です。）がある点で問題があります。ごく簡単に言うると遺言には、自筆証書遺言と公正証書遺言があります。本人が

自筆で書いて、自分で保管するもので、費用はかかりません。本屋に行くところのマニユアル本が売っていますので、参考にされてもいいと思います。他方、公正証書遺言は、公証人に遺言内容を述べて、公証人が作成した遺言書に遺言者と証人（2人以上必要です。ただし、推定相続人等一定の人は証人になれませんが立ち会って、署名・押印する必要があります。公証役場にて遺言書を作りますが、財産額に応じて費用がかかります。では、法律上後に争いとならない遺言を書くにはどうすればよいか？それは法律専門家に相談することです。まずは、自分の財産（土地建物等の

不動産や預貯金、株式等の有価証券など）を調べ特定した上で、どの財産を誰に分けるかを考えておきましょう。そして、法律専門家のところで遺言を作りたいと言って相談することが重要です。

〈ひばり法律事務所〉

☎ 26 - 6006

初回法律相談 30分につき 5,250円。
収入基準により無料になります。

【ホームページ】

『ひばり法律事務所』で検索！

●●● ありがとうございます ●●●

「まいじろ」ひろば

平成21年5月16日〜平成21年6月15日

■福祉基金

○小高区

【ご遺志金】（行政区）

・千葉サナイ様（上姥沢）

故 千葉 馨様ご遺志として

・佐々木 信様（岡田）

故 佐々木サチ様ご遺志として

・門馬 安男様（大井）

故 門馬 芳武様ご遺志として

・三本松正憲様（小屋木）

故 三本松 正様ご遺志として

・志賀 友行様（浦尻）

故 志賀 鉄江様ご遺志として

・折笠紀久子様（金谷）

故 折笠 重男様ご遺志として

・遠藤 実様（二区）

故 遠藤 操様ご遺志として

・遠藤 忠秀様（大富）

故 遠藤 忠 様ご遺志として

・梅津 正則様（行津）

故 梅津 則子様ご遺志として

・角田 浩孝様（岡田）

故 角田 孝一様ご遺志として

・天野 良之様（上耳谷）

故 天野 喬様ご遺志として

・瀧川 博栄様（小屋木）

故 瀧川 信好様ご遺志として

【一般寄付】

・匿名

社会福祉のために

故 大須賀チノ様ご遺志として

故 大須賀敏勝様（烏崎）

・若松 一男様（港）

故 若松 時子様ご遺志として

【一般寄付】

・万葉の里歌謡連合会

会長 浜名 紀雄様

第16回万葉の里チャリティ歌謡まつり

チャリティ基金を社会福祉のために

○原町区

【ご遺志金】（行政区）

・中目 倫聡様（高一）

故 中目 忠良様ご遺志として

・酒井 秀一様（小沢）

故 酒井 義直様ご遺志として

・竹内 雄一様（桜井町二）

故 竹内 定男様ご遺志として

・北山 君男様（上北高平一）

故 北山 キイ様ご遺志として

・柚原 薫様（北長野）

故 柚原トミイ様ご遺志として

・代田 徳秀様（二見町一）

故 代田 敏子様ご遺志として

・佐藤 勝衛様（江井）

故 佐藤 トク様ご遺志として

・古内 久之様（北長野）

故 古内 敬子様ご遺志として

・中倉 節夫様（上太田）

故 中倉 美喜様ご遺志として

・高橋 盛男様（信田沢）

故 高橋アキイ様ご遺志として

・石倉喜美子様（大町三）

故 立原 雅子様ご遺志として

・木幡 良一様（青葉町）

故 木幡 健治様ご遺志として

・鈴木 俊行様（下北高平）

故 鈴木 秀雄様ご遺志として

・富田 一男様（本陣前二）

故 富田 ハツ様ご遺志として

・遠藤 政一様（石神）

故 遠藤真知子様ご遺志として

・高田 幸作様（雲雀ヶ原二）

故 高田 初江様ご遺志として

・角南 達也様（国見町三）

故 角南富美枝様ご遺志として

・杉内 岩雄様（高一）

故 杉内 ヨシ様ご遺志として

・佐藤 公正様（南町一）

故 佐藤ウメ子様ご遺志として

【一般寄付】

・(株)原町日通自動車修理工場様

タオル等を社会福祉事業のために

・【賛助会費】

・福島県石油業組合南相馬支部様

【お詫び】

先月発行のオレンジハート(6月1日号)の「まごころひろば」に掲載した《末永年弘様(寺内)》と掲載しましたが、正しくは《末永年弘様(上寺内)》の誤りでした。訂正とともに、深くお詫びいたします。

総合相談所

○法律相談《相談員：弁護士》

☆7月7日(火)・8月4日(火)
9:00~12:00

《会場》原町区福祉会館
☎ 24-3415

《定員》8人 ※予約制

☆7月28日(火) 9:00~12:00

《会場》小高老人福祉センター
☎ 44-5970

《定員》8人 ※予約制

○心配ごと相談

《相談員：本会委嘱の相談員》
(9:00~12:00)

小高区 7月14日(火)
小高老人福祉センター

鹿島区 7月14日(火)・28日(火)
鹿島区社会福祉センター
(むつみ荘)

原町区 7月14日(火)・21日(火)
28日(火)
原町区福祉会館

※相談日以外は、社会福祉協議会職員が対応します。

○市民相談(法律相談)

《日時》7月16日(木)
9:00~12:00

《会場》市役所市民相談室

《定員》8人
※事前予約制

【問合せ先】

市民生活部市民課
☎ 24-5235

編集後記

梅雨の季節になりました。皆様、お変わりないでしょうか。健康のためウォーキングを始めようかと思う私は、天気が悪いと自分に言い訳してしまいます。皆さん、健康のため何かをやりましょう！ (K・S)