



社協HP

オレンジハート

社協だより



楽しく身体を動かす！ 赤十字に「こころ」健康教室

5月22日(火)、小高保健福祉センターにおいて赤十字に「こころ」健康教室を開催しました。

この事業は、東日本大震災復興支援事業で、日本赤十字社福島県支部が主催、南相馬市小高赤十字奉仕団、南相馬市社会福祉協議会の共催となっております。

今回は、社協の介護予防事業であるいきいきデイサービスの鹿島区、小高区合同の参加者を対象に行われました。

前半は、生活習慣病の予防としてラジオ体操やストレッチ運動など、みんなで身体を動かしました。

後半は、心肺蘇生法を習ったり、緊急時のホットタオルの作り方、フラワーアレンジメントと盛りだくさんな内容での講習の他、小高赤十字奉仕団のアトシヨラクシヨンで盛り上がり、参加者の方に楽しいひと時を過ごして頂きました。



～地域のだれもが安心して暮らせる福祉のまちづくり～

南相馬市社会福祉協議会 平成30年度 地域福祉懇談会

地域における福祉課題や、住民同士の支え合い活動、福祉サービスの充実など、「地域のだれもが安心して暮らせる福祉のまちづくり」をどのようにしたら進められるか、これからの地域福祉の事をみんなで話し合ひましょう。
どなたでも参加できますので、お気軽にお越しください。

日 時	会 場	対象地域
7月 3日 (火) 14:00～16:15	原 町 区 福 祉 会 館	原町区原町地区
7月 4日 (水) 14:00～16:15	石神生涯学習センター	原町区石神地区
7月 9日 (月) 14:00～16:15	浮 舟 文 化 会 館	小 高 区
7月10日 (火) 14:00～16:15	太田生涯学習センター	原町区太田地区
7月11日 (水) 14:00～16:15	高平生涯学習センター	原町区高平地区
7月12日 (木) 14:00～16:15	かしま交流センター	鹿 島 区
7月13日 (金) 14:00～16:15	大甕生涯学習センター	原町区大甕地区

◆懇談会の内容

地域福祉の推進に関する いくつかのテーマを選択し、グループに分かれて懇談します。

- ・テーマ例：“地域での見守り・支えあい活動”のために必要な取り組みは？等
- ・懇談の視点：「自助」、「互助・共助」、「公助」による課題解決策を話し合ひます。

☆懇談会には、社協会長をはじめ社協の役職員等 及び 南相馬市社会福祉課の職員が出席し、皆さんと協議いたします。

☆懇談会での意見等は、今年度策定を予定している「地域福祉計画(市)」及び「地域福祉活動計画(社協)」へ反映させて、今後の福祉事業の充実を図ります。



◆参加申込み 各開催日の1週間前まで

南相馬市社会福祉協議会 地域福祉課 TEL 0244-24-3415

主催：社会福祉法人 南相馬市社会福祉協議会 共催：南相馬市

◆日時
平成30年7月3日(火)
午前10時～

◆問い合わせ・申込先
地域福祉課(鹿島区)
☎(0244)46-5354

鹿島区内のひとり暮らし高齢者・高齢者世帯(ともに70歳以上)の方を対象に、ふれあい交流会を開催します。
保育園児のかわいいダンスや楽しいアトラクション、お弁当を食べながら交流を深め、楽しいひとときを過ごしませんか？
ぜひ、ご参加ください。

◆会場 万葉ふれあいセンター(鹿島区)
◆参加費 一人 300円(当日納入)
◆締切 平成30年6月22日(金)まで
※各地区民生委員または生活支援相談員にお申込み下さい。

高齢者ふれあい交流会(鹿島区)

◆日時
①平成30年7月5日(木)
②平成30年7月6日(金)

◆問い合わせ・申込先
地域福祉課(原町区)
☎(0244)24-3415
矢嶋・佐々木まで

原町区内にお住いの70歳以上のひとり暮らし高齢者・高齢者世帯(ともに70歳以上)の方を対象に、ふれあい交流会(七夕会)を開催します。
保育園児のかわいいお遊戯やアトラクション、お弁当を食べて笑っておしゃべりして、楽しい時間を一緒に過ごしませんか？

◆会場 原町区福祉会館 視聴覚室(予定)
◆参加費 一人 300円(当日納入)
◆締切 平成30年6月22日(金)まで
◆問い合わせ・申込先
地域福祉課(原町区)
※①か②のいずれか都合の良い日
午前10時～午後1時30分まで

高齢者ふれあい交流会(原町区) 七夕会

受講者募集!

手話奉仕員養成講座(入門課程)

聴覚障がい者が地域で自立して生活し、安心して暮らすことができるよう、コミュニケーション支援を行う「手話奉仕員」を養成します。

聴覚障がい者の生活や福祉への理解と認識を深め、手話で日常会話を行うために必要な手話単語や表現を基礎課程と合わせて2年かけて学ぶ講座です。

毎週水曜日午後7時〜午後9時まで
(日時が変更となる場合があります)

◆会場 原町区福祉会館

◆参加費 無料

※但しテキスト代として3,240円かかります。

◆定員 15名程度

◆締切 平成30年6月29日(金)まで

◆問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区)

☎(0244)24-3415

関場まで

◆日程

平成30年7月4日(水)〜11月7日(水)

(全21回)

第45回おひさまといっしょに開催

市内の障がい者とボランティアの方々による大運動会「おひさまといっしょに」が開催されます。

たくさん仲間と楽しい一日をいっしょに過ごしませんか?

◆日時

平成30年7月7日(土)

午前10時30分開会

◆会場 小川町体育館

◆参加費

一人 300円(昼食代込み)

◆準備物 上履き・タオル

◆申込み締切

平成30年6月22日(金)まで

◆主催

おひさまといっしょに実行委員会

◆問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区)

☎(0244)24-3415

小山田・遠藤まで

福祉の仕事相談会

福島県社会福祉協議会では、求人登録や資格取得などの相談を目的に、福祉の仕事相談会を開催しています。福祉の仕事に興味がある方や福祉関係の資格取得を考えている方は、会場にお越し下さい。

※事前の予約は必要ありません。相談時間は1人30分前後です。

◆開催日 (奇数月第3木曜日)
7月19日(木)、9月20日(木)、
11月15日(木)

◆開催時間 午前10時〜午後3時まで

◆会場 原町区福祉会館

◆料金 無料

◆問い合わせ先
福島県社会福祉協議会 人材研修課
☎024-521-5662



第9回 南相馬市 パークゴルフ大会

社会福祉協議会長杯

健康づくりと生きがいづくりの一環として、パークゴルフ大会を開催します。

みんなで汗を流し、交流を深めましょう!

ぜひ、ご参加ください。

◆対象

市内在住概ね60歳以上の方

◆参加費 1,000円

(プレー及び昼食代)

◆準備物 競技用具(クラブ・ボール)

◆申込み締切

平成30年7月6日(金)まで

◆問い合わせ・申込先

大会事務局

南相馬市パークゴルフ協会 坂下まで

☎(090)9740-4843

◆会場 南相馬市パークゴルフ場

(鹿島区)

◆日時 平成30年7月18日(水)

※小雨決行

◆受付 午前8時〜

◆開会式 午前8時30分〜

第6回 男のつどい

避難生活が長期化する中で日頃集まる機会が少ない被災者を対象とした「男のつどい」を開催します。

物づくりやゲームなどで交流を深め楽しいひとときを過ごしませんか？

- ◆日時 平成30年7月13日(金)
午前10時～午後2時まで
(受付開始 9時30分)
- ◆場所 小高保健福祉センター
(南相馬市小高区小高字金谷前84番地)
- ◆対象 市内仮設・借り上げ入居者等、及び20km圏内に戻られた男性(奥様同伴での参加も歓迎)
- ◆内容 紙ヒコーキづくり…目指せ世界大会！
卓上ゲーム等で楽しく過ごそう！など
行政書士による無料相談…農地・相続・遺言等
- ◆参加費 1人300円※昼食代含む(当日納入)
- ◆定員 30名
- ◆締切 平成30年7月4日(水)まで
- ◆問い合わせ・申込先
生活支援相談室 ☎(0244)26-5107

鹿島区福祉サービスセンター むつみ荘 ご利用のご案内

集会・サロンなどにぜひむつみ荘をご利用ください！

◆鹿島区福祉サービスセンターむつみ荘

(鹿島区西町2-117)

◆営業時間

火曜日～日曜日

9時～16時

※受付は15時まで

◆定休日

月曜日・年末年始

◆施設設備 お風呂、和室、カラオケ機器等

◆ご利用料金

お風呂ご利用の場合

60歳以上・20歳未満の方	1日 300円	※障害者手帳提示の方は、無料とする。
20歳～59歳の方	1日 500円	

和室ご利用の場合

施設名	使用料(各団体1組につき)
和室	1時間あたり 300円
大広間	1時間あたり 600円

※会議ご利用時、使用料の減免がありますので詳しくはお問い合わせください。

◆問い合わせ先

鹿島区福祉サービスセンター ☎(0244)46-5354



ヘルパー直伝!

第1弾

介護のヒント部屋



ベッド上やポータブルトイレでウォシュレットで爽快気分

今月号から「ヘルパー直伝! 介護のヒント部屋」として、社協の現役ホームヘルパーが、家庭で役立つ介護のヒントを交代で連載していきます。

今回は、ヘルパー歴21年目の大ベテランヘルパー Nさんがオムツ交換の際のワンポイントを紹介します。

Nさんは、J Soul Brothers が大好き! テレビ大好き芸能通!

Nさんの周りはずっと笑いがいっぱいです。21年もヘルパーを続けられたのは、人と人の関わりが好きだから。

【準備品】

- ・陰部洗浄ボトルとして洗剤の空容器(中を綺麗に洗い流す)またはペットボトル容器(ふたに小さな穴を開ける)に人肌程度のお湯を入れ、自分の腕で温度確認する。
- ・紙オムツ・パット(吸収力抜群なので、安心して洗浄できます。)
- ・タオル(お湯で絞って温かくしたタオル)
- ・石けん(皮膚トラブル防止のため、使用時はよく洗い流す)
- ・ウエス(タオルを4等分に切った物や着なくなった下着や衣類などを切った物)



高齢者になると肌を保護する体の機能も衰え、陰部に付着した排泄物、汗やほこりなどの汚れにより病気に感染するリスクが高まります。排便時など濡れたタオルやティッシュで拭いただけではなかなか綺麗にならないため、陰部洗浄ボトルを使うととても綺麗になります。

また、ポータブルトイレを使用されている方も温かいお湯が入った洗浄ボトルで、前から後ろからと流し、温かいタオルで拭くと気持ちがよく、きれいになります。

※お部屋は室温調節して行ってください。

『ミニマふれあいのつどい』(小高区)

小高区にお住いの70歳以上の高齢者の方を対象に交流会を開催します。

小高区に帰還された方、ともに帰還した地域の仲間と、楽しい一日を過ごしませんか?
ぜひ、ご参加下さい。
(昼食は準備いたします。)

日時

①平成30年7月27日(金)
午前10時30分～
午後1時30分まで

会場

小高保健福祉センター

対象者

現在、小高区にお住いの70歳以上の方
現在も避難中で、小高区に

帰還予定の70歳以上の方
参加費 一人 300円(当日納入)

締切

平成30年7月12日(木)まで
※当日は、小高区内に限り、送迎も可能ですのでご希望の方は申込みの際に、お申し出ください。

問い合わせ・申込先

地域福祉課(小高区)
☎(0244)4415970

みんなにちはー生活支援相談室です

サロンのお知らせ

民間借上げ入居者を対象

日時
平成30年6月27日(水)
平成30年7月11日(水)
午後1時30分～午後3時30分
会場 原町福祉会館
参加費 100円(初回無料)
問い合わせ先・申込先
生活支援相談室(原町担当)
☎0244-2615107

福島市等に避難されている方を対象

『ホッとサロン』
日時
平成30年6月27日(水)
保福による健康体操
午前9時30分～11時30分
会場
福島市保健福祉センター
5F大会議室

参加費 無料

問い合わせ先・申込先

福島市社会福祉協議会
総務課地域福祉係
☎024-533-8881

郡山市等に避難されている方を対象

『茶話カフェCOCOON』
日時
平成30年7月4日(水)
健康食について学ぼう!
会場
郡山市総合福祉センター内3階
研修室2・3

日時

平成30年7月18日(水)
茶話会+体操
午後1時30分～午後3時30分

会場

郡山市総合福祉センター内3階
研修室2・3
参加費 無料

問い合わせ先・申込先

郡山市社会福祉協議会
生活支援相談室
☎024-93215311

小高区に帰還された方を対象

小高区サロン
日時
平成30年7月11日(水)
平成30年7月18日(水)
平成30年7月25日(水)
午前10時～正午

会場

小高保健福祉センター
参加費 100円
問い合わせ先・申込先
生活支援相談室(小高担当)
☎0244-2615107

※送迎は今まで通り、東部は第2、中部は第3、西部は第4水曜日です。



知ってみよう!

ボランティヤ活動中

原町手話サークル耳通口

みみずく

- ①団体名…原町手話サークル耳通口
- ②会長名…会長 佐藤美智子
- ③会員数…30人

現在の会員数は徐々に増えて30名
今年度の活動方針は、

- ①地域の聴覚障がい者との交流を深める。
 - ②例会の充実を図る。
 - ③情報の共有化に努める。
 - ④聴覚障がい者への理解を地域へ広める。
- 例会は毎週、夜の部金曜日午後7時から、昼の部土曜日午後

1時半から、原町区福祉会館で開催しています。例会の中では手話を学んでいます。
皆さまお気軽に見学に来てください。
その他に年に数回の交流会も行っています。

6月から「手話教室」が始まります。ご参加ください。日程は次の通りです。

平成30年度 手話教室

無料



夜の部 毎週(金)	H30年6/8～7/13(全6回) 午後7時～8時30分
昼の部 毎週(土)	H30年6/9～7/14(全6回) 午後1時30分～3時
場所は原町区福祉会館 参加費は無料です。	

ありがとうございました

「まいにち」ひろば

《平成30年4月16日～平成30年5月15日》

- ・小高区
 - 【ご遺志金】 (行政区)
 - ・貝塚 政一様 (角部内)
 - 故貝塚ハツイ様ご遺志として
 - ・渡部 幸史様 (五区)
 - 故渡部静子様ご遺志として
 - ・大橋 紀代子様 (井田川)
 - 故大橋トミエ様ご遺志として
- 【一般寄付】
 - ・西畑 重夫様 (寺内)
 - 故西畑ナツエ様ご遺志として
 - ・藤原 ヒロ子様 (大原)
 - 故藤原サト子様ご遺志として
 - ・江井 正一様 (下江井)
 - 故江井ゆかり様ご遺志として
- 【一般寄付】
 - ・東吾妻町ボランティア連絡協議会様 (群馬県)
 - ・佐藤 英雅様 (桜井町一)
 - ・青梅マラソン大会様 (東京都)
 - ・青梅マラソン大会記録集のチャリティ益金を社協復興支援金として
 - ・村澤 良子様 (牛越)
 - ・摂津市演奏家協会
 - ・会長 羽田 良則様
 - ・コンサートの益金を南相馬市復興支援として
 - ・井理 定治様 (栄町三)
 - ・社会福祉のために
 - ・カリタス南相馬様
 - ・食品をフードバンクへ
 - ・衣類等を生活困窮者のために
- 【お寄せいただいた「厚情は地域福祉活動に活用させていただきます」】
- ・原町区
 - 【ご遺志金】 (行政区)
 - ・寶玉 光之様 (江井)
 - 故寶玉孝子様ご遺志として
 - ・古内 ミチ子様 (押釜)
 - 故古内正春様ご遺志として
 - ・鈴木 良子様 (日の出町)
 - 故鈴木正和様ご遺志として
 - ・青田 孝子様 (中太田)
 - 故青田 豊様ご遺志として
 - ・井上 恭一様 (橋本町一)
 - ・吉田 完一様 (小浜)
 - ・故吉田 正様ご遺志として
 - ・結城 友治様 (橋本町四)
 - ・故結城悦子様ご遺志として
 - ・鈴木 和夫様 (上北高平二)
 - ・故鈴木トメノ様ご遺志として
 - ・大浦 宏一様 (日の出町)
 - ・故大浦祥一様ご遺志として
 - ・堀内 喜一様 (中太田)
 - ・故堀内重子様ご遺志として
 - ・逢坂 晃様 (上町)
 - 故逢坂キヨ様ご遺志として
- ・鹿島区
 - 【ご遺志金】 (行政区)
 - ・荒木 文子様 (上寺内)
 - 故荒木次夫様ご遺志として
 - ・岡本 清重様 (北海道)
 - 故岡本シゲ子様ご遺志として
 - ・阿部 武志様 (小池)
 - 故阿部貞志様ご遺志として
 - ・只野 泰幸様 (横手)
 - 故只野花子様ご遺志として
 - ・渡部 利信様 (北海道)
 - 故渡部 諭様ご遺志として
 - ・海老原 弘靖様 (西町)
 - 故海老原弘昌様ご遺志として
 - ・加藤 功様 (小池)
 - 故加藤まり子様ご遺志として
 - ・大谷 嘉洋様 (御山)
 - 故大谷フミ子様ご遺志として
 - ・森 雅博様 (南楠木)
 - 故森 博様ご遺志として



無料法律相談会

- ◆期日・会場
 - 平成30年7月13日(金)
 - 原町区福祉会館 相談室
 - 午後1時30分～
 - 午後4時30分
- ◆予約・問い合わせ先
 - サポートセンター希望
 - ☎(0244)26-8246 (鹿島区)

認知症相談会

- ◆期日・会場
 - 平成30年7月9日(月)
 - 原町区福祉会館 講座室
 - 午後1時30分～
 - 午後3時30分
- ◆問い合わせ先
 - 認知症の人と家族の会
 - ☎(0244)23-4519 (荒まで)

こころの健康相談

- ◆日時
 - 平成30年6月16日(土)
 - 午後2時から
 - 午後4時まで(原則予約制)
- ◆場所
 - 鹿島区社会福祉センター
 - むつみ荘
- ◆相談員
 - ほりメンタルクリニック
 - 堀 有伸 医師
- ◆予約・問い合わせ先
 - 鹿島区福祉サービスセンター
 - ☎(0244)46-5354

つづい

～編集後記～

お風呂に入っている時ふと思い出した。小さい頃お父さんとお風呂に入った時のことを。タオルを湯面に広げ、手で丸く風船のような形にし、湯船の中に入れるとブクブクと泡が出てそれを手でグシャとつぶす。どうやったら大きな風船になるのか、楽しくてお父さんに何度も聞いた。

そして私にも子供が生まれ、一緒にお風呂に入った時にブクブク風船を覚えてあげた。

今、お父さんは「あれ、今日は朝ごはん食べてないな」と食べたことを忘れる時もあるけれど、10年前はお母さんの介護を一生懸命やってくれたもんね。ありがとうお父さん。

いつか来た道。いつか行く道。もうすぐ父の日。今年もお酒でいいかな。(S・A)