



社協HP

# オレンジハート

## 社協だより



### お星さまキラキラ 高齢者ふれあい交流会 (七夕会)

7月5・6日に原町区福祉会館で、高齢者ふれあい交流会（七夕会）を開催しました。

原町区内に住んでいる70歳以上のひとり暮らしや高齢者世帯の方を対象に、合わせて179人が参加しました。参加者は、鐘声会のみなさんの歌声に酔いしれて、原町聖愛こども園の園児による歌とかわいいお遊戯を見た後、素敵なプレゼントをいただきました。

午後はアロハ・ウクレレの皆さんの演奏や歌を聴き、一緒に口ずさみ会場は大変盛り上がりました。

運営には、原町ボランティアネットワーク協議会、原町赤十字奉仕団、各地区の民生委員の方々に、お手伝いいただきました。



地域のだれもが安心して暮らせるふくじのまちづくりを目指して

## 防災ボランティア養成講座

楽しく学ぶ防災イベント「イザ!カエルキャラバン! in 南相馬」(10月28日開催予定)で、防災の知識を学ぶ手助けをするサポートボランティアを募集しています。  
子どもたちと、災害がおこったらどうしたらいいか一緒に考えてみませんか?

### ◆内容

「イザ!カエルキャラバン!」について(親子向け防災ゲームの教え方)

### ◆定員

50人

### ◆参加費

無料  
(どなたでも参加できます。子どもが好きな方、大歓迎!)

◆日時 平成30年9月29日(土)  
午後2時〜午後4時

◆場所 原町区福祉会館

### ◆問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区)  
☎(0244)24-3415

◆締切 平成30年9月21日(金)まで

## 権利擁護入門講座 (くらしのあんしんおてつだい講座)

皆さんは「成年後見制度」や「日常生活自立支援事業」をご存知ですか? 高齢になるにつれ、判断能力が劣る可能性があります。そのために利用できる制度や事業があることを、この講座を通じて皆さんで学んでみませんか?

講演 「成年後見制度で安心な暮らしを!」

講師 司法書士 芳賀 裕氏

### ◆参加費

無料

◆締切 平成30年9月12日(水)まで

### ◆問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区)  
☎(0244)24-3415

◆日時 平成30年9月19日(水)  
午後1時30分〜午後3時

◆場所 原町区福祉会館 視聴覚室

## 需要急増! ~ご協力をお願いします~

平成27年4月に生活困窮者自立支援事業を開始してから、市内で相談が増えており、その中でも「食糧」の支援要請が急増している状況です。すぐに食べられるお米、缶詰、レトルト食品などを必要としています。需要に見合う食糧を必ずしも提供できるわけではありません。

このような状況を受け、南相馬市社協では、市民の皆様のお力を借りたいと考えました。

皆様のご家庭に無償でご提供頂けるものがありましたら、是非ご協力をお願いします。

### ◆ご協力いただきたい食品

・お米(玄米)・カップ麺・缶詰・レトルト食品・乾麺(うどん・そうめん等)など  
(賞味期限が3カ月以上残っているもので、未開封かつ常温保存が可能なもの)

### ★「フードバンク」とは?

普通に食えることができるのに、様々な理由で処分されてしまう食料品を引き取り、生活にお困りの方々に無償で届ける仕組みのことです。

南相馬市社協は、平成29年2月に生活協同組合コープ東北サネット事業連合会と協定を結び、無償で食糧提供を受けるなど温かい支援をいただいています。

今回のように、市民の皆様にご協力していただき、食べ物を集め、困っている人に届ける仕組みを、「フードドライブ」といいます。



◆問い合わせ 福祉総合相談センター(地域福祉課内) ☎(0244)24-3415

# 社協会長杯 PG大会

健康と生きがいづくりの一環として、第8回社協会長杯パークゴルフ大会を7月18日に南相馬市パークゴルフ場で開催しました。当日は天候にも恵まれ、214人の参加者が爽やかな汗を流し、プレーを楽しみました。

また、会場では平成30年7月豪雨災害の募金箱を設置し、多くの皆さんからあたたかい善意をお寄せいただきました。

- 優勝者・入賞者は次のとおりです。
- 男子の部
    - 優勝 白井 幸作
    - 準優勝 峯 直廣
    - 第3位 寺澤 常雄
    - 優勝 遠藤 彰子
    - 準優勝 菅野紀枝子
    - 第3位 井上 民子
  - 女子の部
    - 優勝 菅野紀枝子
    - 準優勝 井上 民子



男女上位5人の方々

# マジックショーで大笑い ～シニアふれあいのつどい～

7月27日、小高保健福祉センターにおいて、小高区在住の70歳以上の高齢者の方を対象に「シニアふれあいのつどい」を開催し、88人が参加しました。カイク・加藤さんにマジックを披露していただき、会場は大いに盛り上がりました。

また、ボランティアの石川和宏さん(横浜市)が本格的な美味しいコーヒーを振る舞ってくださいました。

運営には小高民生委員と



ショータイム!

小高赤十字奉仕団の方々に協力をいただきました。

# 高齢者 ふれあい交流会 (鹿島区)

7月3日に万葉ふれあいセンターで「高齢者ふれあい交流会」を開催し、79人が参加しました。かしま保育園の園児によるお遊戯や手遊び、芙蓉会のみなさんによる舞踊で楽しみました。園児のみなさんとの手遊びでは、おじいさんおばあさん一人一人とふれあい、笑顔が見られました。運営には、鹿島民生委員のみなさんに協力をいただきました。



ジャンケンポン！負けた人には「ちよちよ」

# いくつになっても男は勝負師!! ～男のつどい～

7月13日、小高保健福祉センターで「男のつどい」を開催し、35人が参加しました。今回で6回目を迎え、リピーターの参加者も多く、すつかり定着したイベントとなっています。

今回は囲碁・将棋・オセロなどのゲームに加え、出前講座による「手作りロケットの飛行競技会」が行われました。参加者は各種ゲームを楽しむとともに、童心に戻って模型ロケットの飛ばしっこを楽しんでいました。



懐かしのかるた遊び



遠くまで飛んでいけ～



本気勝負！負けねーどー



麻雀はやっぱ楽しいな～

# 南相馬市健康福祉まつりの 参加団体を募集します!

南相馬市健康福祉まつり実行委員会では、「平成30年度南相馬市健康福祉まつり」に参加する団体を募集しています。

参加団体による手作りのまつりの開催を目指し、参加団体で実行委員会を構成し、協議や検討を行います。

◆日程 平成30年10月20日(土)

◆対象 市内で活動する福祉や健康に関する団体

◆内容

出店ブースなどを設け、団体のPRや物品販売・作品の展示など

◆問い合わせ・申込先

南相馬市健康福祉まつり実行委員会事務局

南相馬市社会福祉協議会地域福祉課(原町区)

☎(0244)24-3415

## 猛暑を乗り切れ!! おひさまといっしょに

7月7日、小川町体育館において「第45回おひさまといっしょに」を開催しました。

市内の心身障がい者とボランティア総勢207人が参加し、パン食い競争や玉入れなどの他、今年から新しく競技に追加した「フライングディスク」も行いました。昼食時には、NPO法人はらまちクラブのみなさんに歌とダンスを披露していただき、参加者と一緒にキビタン体操を踊りました。午後は、エンジョイJoyさんによるパントマイムを披露していただきました。参加者は思い切り体を動かし、心地よい汗を流していました。参加者の輝くような笑顔が印象的でした。



このパンにしようかな? いけ! フライングディスク!



## ヘルパー直伝!

第3弾

# 介護のヒント部屋



今回はヘルパー歴19年のOさんです。介護の仕事が大好きで、一人一人の利用者さんにとって一番良い方法を考えながら、腰痛ベルトを巻いて頑張り、二人の子供をしっかりと育てました。

### 3つの方法でベッド上や車椅子に座ったまま足をサッパリさせます

#### ① バケツ

車椅子やベッドの端に座りビニールシートやバスタオルを敷いて大きめの洗面器やバケツに40℃くらいのお湯を入れて足を洗います。石鹸で指の間を洗うのもサッパリしますよ。



#### ② ゴミ袋

ベッドで寝たまま足を洗う場合は、市指定のゴミ袋(燃えないゴミの袋の方が丈夫です)を2枚重ねにしたらお湯を入れ、片方ずつ足を入れて洗います。ゴミ袋は形が自由になるので便利です。  
※膝の下にクッション等を入れ、くの字にすると楽ですよ。



#### ③ オムツかフラットシート

身体に痛みや拘縮がある方は無理せずにオムツやフラットシートを使って人肌程度のお湯を入れた洗浄容器(第1弾で紹介した洗剤容器やペットボトルのフタに穴を開けた物)で流すだけでも良いかと思えます。

膝をくの字にすると楽です

※最後はしっかりと水分を拭き取り乾燥させましょう。  
指の間は特に大事ですので同様に对应しましょう。

こんにちは！生活支援相談室です

サロンのお知らせ

民間借上げ入居者等が対象

日時 平成30年8月22日(水)

平成30年9月12日(水)

午後1時30分～午後3時30分

会場 原町区福祉会館

参加費 100円(初回無料)

問い合わせ・申込先

生活支援相談室(原町担当)

☎0244-2615107

会津若松市等に  
避難されている方が対象

「小法師サロン」

日時 平成30年8月30日(木)

午前10時～午後2時30分

・ポーセラーツ(陶器絵付)

・運動教室

会場 老人福祉センター・希らら

中ホール

締切 平成30年8月17日(金)

参加費 500円(当日納入)

問い合わせ・申込先

会津若松市社会福祉協議会

☎0244-2814030

福島市等に避難されている方が対象

「ホットサロン」

日時 平成30年8月22日(水)

午前9時30分～午前11時30分

笹谷保育園の園児との交流

会場 福島市保健福祉センター

参加費 無料

問い合わせ・申込先

福島市社会福祉協議会

☎024-5331888

郡山市等に避難されている方が対象

「茶話カフェRococo」

日時 平成30年9月5日(水)

茶話会+体操(ジエンガ)

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9月19日(水)

健康チェックして元気に過ごそう!

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・申込先

郡山市社会福祉協議会

生活支援相談室

☎024-9321531

小高区に帰還された方が対象

小高区サロン

日時 平成30年9月19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(初回無料)

問い合わせ・申込先

生活支援相談室(小高担当)

☎0244-2615107

※送迎希望の方はご連絡下さい。



知ってみよう!

ボランティア活動中  
鹿島レクリエーションダンスクラブ

- ① 団体名：鹿島レクリエーションダンスクラブ
- ② 会長名：会長 但野仁子
- ③ 会員数：12人

鹿島レクリエーションダンスクラブは、平成6年に設立され、県のレクリエーションダンス協会に入会し、「いつでも、どこでも、だれでも」と、子供からお年寄りまで幅広く楽しむことが出来るスポーツダンスクラブです。現在は12人の会員で、親睦を深め、健康作りを目標に、ボランティア参加で、各イベントや、各々のデイサービスに訪問



を心がけて参りました。東日本大震災後は、協会を離れ自分たちで、目新しい曲に、楽しく、踊り易く振り付けをして、エンターティナーぶりを発揮しつつ、デイサービスに笑顔を届けております。私たちも、大きなパワーをいただいております。

これからも一段と活動に力を入れて、喜んで元気になってもらえるダンスを目指して頑張りたいです。会員になってくれるダンス好きの皆さま、お待ちしております。

# ありがとうございました

## 「まいにち」ひろば

《平成30年6月16日〜平成30年7月15日》

### 小高区

#### 【一般寄付】

・匿名 名  
社会福祉のために

・大成JV平成27年度南相馬市  
除染等工事(その四)職長会様  
地域福祉の向上のために

・匿名 名  
社会福祉のために

### 鹿島区

#### 【遺志金】

(行政区)

・會川 徳夫様(山下)  
故會川徳治様ご遺志として  
・豊田 一弘様(岡和田)  
故豊田タカ様ご遺志として  
・井上 正典様(江垂)  
故井上ミヨノ様ご遺志として

#### 【一般寄付】

・福島県退職公務員連盟相馬支部  
鹿島方部 代表 浜名 俊明様  
タオル等を社会福祉のために

### 原町区

#### 【遺志金】

(行政区)

・濱 須弘 仲様(上洪佐)  
故濱須サク様ご遺志として  
・梅橋 昭一様(牛来)  
故梅橋トミイ様ご遺志として

・鳥居 一喜様(西町)  
故鳥居一夫様ご遺志として

・佐藤 浩宣様(上高平二)  
故佐藤富子様ご遺志として

・嶋原 洋様(大木戸一)  
故嶋原愛子様ご遺志として

・草野 久様(南町三)  
故草野イト様ご遺志として

・齋藤 シズイ様(西町)  
故齋藤シズイ様ご遺志として

・但野 昇克様(深野)  
故但野富子様ご遺志として

・小澤 安喜様(三島町二)  
故小澤昭子様ご遺志として

・馬淵 昭一様(北菅浜)  
故馬淵ミツ様ご遺志として

#### 【一般寄付】

・ボランティア・グループ  
かやの実会 様  
チャリティイシヨイ益金の一部を  
社会福祉のために

・匿名 名

着物等を地域福祉のために  
第89回原町地区リーダー  
実行委員会 様

チャリティイカンパを社会福祉の  
ために  
・丸三製紙構内安全協力会 様  
安全大会参加事業所から募った

募金を社会福祉のために

・匿名 名  
社会福祉のために

・匿名 名  
紙オムツ等を社会福祉のために

・南相馬市社会福祉協議会  
役員一同

社会福祉のために

・イオンリテール(株) 様  
イオン本棚チャリティ寄付金を  
社会福祉のために

【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】

## 災害義援金について

日本赤十字社南相馬市地  
区では、「平成30年7月豪雨災  
害」の義援金の受付を行って  
います。

多くの皆さまからあたたか  
い善意が寄せられており、日本  
赤十字社を通じて被災地に送  
られます。

日本赤十字社では、各災害  
義援金についても受付してい  
ますので、今後も皆さまから  
ご協力をお願いします。

## 無料法律相談会

### 期日・会場

平成30年9月14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9月10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8月25日(土)  
午後2時〜午後4時  
(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

## わんぱん

〜編集後記〜

立秋を過ぎ、暦の上ではもう  
「秋」なんです。ね。  
いやはや…この暑さで「秋」と  
言われても驚きますがここから  
は残暑となります。  
お盆も過ぎるあたりになると、  
夏の終わりの気配が漂ってきます  
すよね。気がつけば、日の出ている  
時間もやや短くなっています。空  
を見上げれば夏の力強い入道雲  
が、どこかじんわりする秋のうろ  
こ雲へと変わっていきつたり。季節の  
移ろいを感じられるようになって  
きます。

とはいえ、実際の体感はまだま  
だ暑い!!!

私の最近のブームは冷やし甘  
酒。米麹から作るほどはまって  
います。飲む点滴とも言われている  
栄養満点の甘酒は夏バテ防止  
にもなるんです。

まだまだ続く残暑を乗り切る  
ためには是非お試しください♪  
(K\*T)