



社協HP

# オレンジハート

## 社協だより



▲いろいろなレクリエーションを体験

2月23日(土)に、原町区福祉会館において第9回南相馬市ボランティアフェスティバルを開催し、212人が参加しました。

午前は、記念講演として、茨城県社会福祉協議会防災アドバイザー、全日本仏教青年会救護委員会顧問の米沢智秀氏を講師に迎え、「心に寄り添うボランティア〜他人事にしない優しさ〜と勇気〜と題して、相手と同じ立場に身をおいて活動する大切さなど、他人事にしないボランティア精神についてお話をいただきました。

午後からは、福島県レクリエーション協会理事鈴木道代氏による「いろんなレクリエーションを学ぼう」と題して、体験講座を行っていただき、参加者全員で様々なレクリエーションを実際に体験し、参加者からは、「地域のサロンで実際にやってみます」などの声が聞かれました。

日頃の活動に  
感謝と振り返りを  
つなぐイベント





## 障がい者ふれあい交流会

2月16日(土)に浮舟文化会館において「障がい者ふれあい交流会」を開催しました。市内の事業所に通う利用者やスタッフの皆様、ご家族の方、ボランティアの方々など、約150人が参加しました。

午前中は、手話うたやダンス、曲に合わせた体操など、事業所ごとに個性のある発表を行いました。忙しい合間を縫って練習した成果が発揮でき、皆さん素晴らしい発表でした！

午後はNPO法人はらまちクラブによるレクリエーションを行いました。簡単な体操から始まり、話題になった「USA」の曲に合わせてみんなで踊りました。遅いテンポで練習したあと、最後に原曲の早いテンポに合わせ、会場は大いに盛り上がりました。たくさん踊り、汗を流しながら思いっきり身体を動かして、楽しいひとときを過ごしました。



皆さん素晴らしい発表でした！

## 赤十字福祉車両を配置しました

日本赤十字社福島県支部の赤十字福祉車両交付を受けて、福祉車両(日産NV200パネット5人乗り)を配置しました。

今後、震災の復興支援事業への活用や赤十字業務全般の推進に活用する予定です。



## 地域あつたか見守り隊養成講座(くらしのあんしんおてつだい講座)

2月13日(水)に鹿島生涯学習センター(さくらホール)で、地域あつたか見守り隊養成講座を開催しました。

市内の老人クラブ会員、民生委員児童委員や地区福祉委員会、ふれあいサロン関係者など97人が参加しました。

公益財団法人福島県老人クラブ連合会 齋藤千恵子氏、南相馬市長寿福祉課 波多野秀典

氏を講師に迎え、「地域の支え合いの仕組みづくり」や「南相馬市における地域包括ケアシステムについて」の講話をいただきました。

地域の高齢者や住民が共に支え合い、地域の福祉課題等を解決する仕組みや支え合い活動は、新しいことをするのでなく、毎日行っている「ちよつとしたこと」を継続することが大切であるということを学びました。



自分が健康であれば、地域も健康になる  
(齋藤 千恵子氏)

## 平成31年度 社協会費・各種募金等の募集について

本会では地域福祉活動を通して、地域の人々が住み慣れたまちで安心して生活することのできる「福祉のまちづくり」の実現を目指しております。

地域福祉活動は、皆さまよりご協力いただく、社協会費及び各種募金を基本財源として事業を展開しております。

震災後、平成25年度より募集を再開させていただき、皆さまより多くのご協力をいただいております。平成31年度において、下記のとおり募集をさせていただきますので、ご協力よろしくお願いたします。

	1世帯	特別会員(社員)	募集(依頼)時期
社会福祉協議会費	500円	1,000円	4~5月
日本赤十字社費	500円	2,000円	4~5月
赤い羽根共同募	500円		9月
歳末たすけあい募	300円		9月

※募集内容の詳細については、行政区長・民生委員の皆さまを通じて4月以後に改めてご依頼申し上げます。



## 高齢者ふれあい交流会 (地域開催)

原町区内の高齢者の方を対象に「高齢者ふれあい交流会」(全8地区)を開催しました。各地区福祉委員会の協力により開催した交流会は、民生委員児童委員の方々による声掛けと、身近な場所での開催のため、多くの方が参加されました。各地区、踊りや唄やゲーム等、様々なアイデアと趣向を凝らし、笑顔があふれる楽しいひとときを過ごしました。

開催地域	開催日	場所	参加人数
高平地区	平成30年 9月 6日(木)	高平生涯学習センター	121人
太田地区	平成30年 9月17日(月)	太田生涯学習センター	134人
原町北地区	平成30年 9月28日(金)	原町区福祉会館	53人
原町みなみ地区	平成30年10月24日(水)	ひばり生涯学習センター	78人
原町ひがし地区	平成30年10月24日(水)	道の駅 南相馬	49人
石神地区	平成30年11月 4日(日)	石神生涯学習センター	61人
大甕地区	平成30年11月26日(月)	大甕生涯学習センター	63人
原町西地区	平成30年11月30日(金)	ひばり生涯学習センター	68人



▲原町ひがし地区



▲原町みなみ地区



▲原町西地区



▲原町北地区



▲高平地区



▲石神地区



▲太田地区



▲大甕地区



# 社協の あすなるデイサービス センターにズームイン!

あすなるデイサービスセンターは、平成28年4月より小高区にて営業を再開しました。再開から3年、現在は帰還された70人の方々にご利用いただいています。利用者さんより「もっと早くからここ(あすなるデイ)に来れば良かった!」「いつから始まったの?」と多くの声をいただいています。

また、住み慣れた家と場所で安心・安全に生活できることが嬉しく、スタッフ一同利用者さんの笑顔に励まされています。(定員はまだ満たしていません。)

小高区への帰還を検討されている皆様に、安心してお帰りいただけるような介護福祉サービスの充実に向けた環境を整えられるよう、職員一丸となって頑張っています。



## 社協ボランティアセンター からのお知らせ

難病(ALS等)を患い在宅で生活する方への「見守り支援」のボランティアを募集します!

資格や経験は特に必要ありません。看護・介護職の経験のある方や、既存のグループ・団体等からのお申し出が

あると、支援の幅が広がり助かります。お問い合わせまたは活動を希望される方は、ボランティアセンター(地域福祉課) ☎(0244)24-3415までご連絡をお願い致します。



### ヘルパー直伝! 第10弾

## 介護のヒント部屋



可愛くて小さな体で何事にも一生懸命に、真っすぐに突き進みお仕事をしているヘルパーEさんです。今は初孫のよし君が遊びに来るのを楽しみに仕事をしています。

### ~オムツの上手な組み合わせ方~

○オムツには大きく分けて、パンツタイプとテープタイプ、パットがあります。

尿量や便の状態、身体機能や体型、介護者の環境状態によってオムツに求める機能も異なってきます。

○尿取りパットは状況や1日の交換回数に合わせて吸収量や長さなど様々あり、2回分(300ml)~12回分(1400ml)まであります。

○パンツタイプは歩行や座ることが可能な方、尿失禁が見られるようになった方への使用をお勧めします。尿失禁の頻度が多い方はパットと併用すると安心です。

外出時ちょっと心配な方



紙パンツ

尿失禁のある方



紙パンツ+パット

夜は吸収量の多いパットを心配な方



紙パンツ+吸収量の多いパット

○テープタイプは寝て過ごす事が多い方に適しており、寝たままの姿勢でのオムツ交換が楽に行えます。腹部のテープを調節することで体型に合った位置で固定できます。

尿取りパットを併用することで、より多くの尿量や夜間にも対応できます。

日中は尿量や介護者の状況に合わせてパットを選ぶ

夜はパットを2枚重ねし、夜中に小さいパットを引き抜くと楽です



○オムツを上手く組み合わせることで介護する方・される方、それぞれにかかる負担を軽減することができます。また、状態に合っていないオムツを使用すると漏れの原因にもなります。排泄環境を整え、気持ちよく過ごしましょう。



# なかよし親子おはなし会 親子で絵本を楽しもう♪

2月26日(火)に鹿島保健センターにおいて、市内在住の未就学児親子を対象とした「なかよし親子おはなし会」を開催しました。親子でリトミック体操を行い、南相馬市立中央図書館の方によるビックブックなどを使った絵本の読み聞かせを実施

しました。普段あまり見る事のない大きな絵本に子どもたちも喜んでいました。その後、ボランティアの皆さん手作りの「ハムチーズスティック」をいただき「簡単に作れてとてもおいしい」と大好評でした。最後に絵本をプレゼントし、



おつきな絵本だなあ

好きな絵本を持ち帰っていたきました。本を手にとった子どもたちの笑顔を見て私たち職員も元気を頂きました。

## こんにちは！生活支援相談室です

### サロンのお知らせ

原町区に避難されている方が対象

「社協ゆいゆい広場」

日時

平成31年3月27日(水)

平成31年4月10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

福島市等に避難されている方が対象

「ホッとサロン」

日時

平成31年3月27日(水)

午前9時30分～午前11時30分

内容 近藤美智子先生の音楽療法

※お手玉持参

会場 ウエディングエルティ

開場 午前9時30分

参加費 無料

問い合わせ 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が対象

「茶話カフェRococo」

日時

平成31年4月3日(水)

おでかけサロン

「宝来屋工場見学」

午後1時～午後3時30分

会場 郡山市総合福祉センター

参加費 無料

定員 20人(先着順)

申込期間

平成31年3月6日～3月20日まで

小高区に帰還された方が対象

小高区サロン

日時

平成31年3月20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

(来年度より参加申込制となります。参加ご希望の際には、申し込みを忘れずにお願致します。)

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

☎024-953-8337

## 知ってみよう！

# ボランティア活動中

## 小高赤十字奉仕団

- ① 団体名…小高赤十字奉仕団
- ② 会長名…杉 節子
- ③ 会員数…23人
- ④ 設立…昭和61年4月

昭和61年4月設立の小高赤十字奉仕団は、福祉施設でのリ

ラクゼーションボランティア、地域高齢者への配食サービス、日赤血液事業や赤い羽根共同募金運動への協力など幅広く活動してきました。

東日本大震災後、小高区が避難区域となり活動を休止した期間もありましたが、避難指示が解除され住民が帰還するとともに、避難している団員も含

めて活動を再開しております。

現在は、日赤福島県支部にて認知症サポーター養成講座やリラクゼーションの学習、災害用非常食炊飯袋を使用した炊き出し実習にこころ健康教室の開催、社協事業への協力など地域交流を図りながら「まずは、できることから」活動中です。

今年度は新しい団員も増えます。ますます地域貢献に努め、活躍していく意気込みです。



炊き出しの準備中



にこにこ健康教室で元気に体操!



# ありがとうございました

## 「まいにち」ひろば

《平成31年1月16日～平成31年2月15日》

### 小高区

#### 【ご遺志金】

(行政区)

・佐々木 幸博様 (大田和)

・故佐々木ヤス様 (遺志として)

・田 仲正 人様 (小屋木)

・故田仲常次様 (遺志として)

・大井 一 美様 (大富)

・故大井トキエ様 (遺志として)

・江井 信 一様 (上 浦)

・故江井アサヨ様 (遺志として)

・齋 藤 とみ子様 (下 浦)

・故齋藤允明様 (遺志として)

・渡 部 浩様 (塚 原)

・故岡本 弘様 (遺志として)

#### 【一般寄付】

南相馬市復興支援として

### 鹿島区

#### 【ご遺志金】

(行政区)

・後 藤 幹 雄様 (岡和田)

・故後藤文男様 (遺志として)

・大井 幸 一様 (西 町)

・故大井 拓様 (遺志として)

・鈴木 伸 義様 (塩 崎)

・故鈴木ケイ子様 (遺志として)

・池 田 輝 昭様 (南屋形)

・故池田ハル様 (遺志として)

・田 村 清 一様 (小島田)

・故田村カメ様 (遺志として)

・高 田 光 好様 (北右田)

・故高田フミ様 (遺志として)

#### 【一般寄付】

・太 田 ふみ子様 (西 町)  
おもちゃを社会福祉のために

### ■ 匿 名

食用油を社会福祉のために

#### 原町区

#### 【ご遺志金】

(行政区)

・青 田 仁 様 (大木戸)

・故青田和子様 (遺志として)

・二階堂 嘉 明様 (雲雀ヶ原)

・故二階堂英子様 (遺志として)

・佐 藤 寿 昭様 (国見町三)

・故佐藤眞一様 (遺志として)

・原 田 弘 毅様 (北長野)

・故原田季子様 (遺志として)

・中 目 優 彦様 (高 二)

・故中目優敏様 (遺志として)

・中 田 光 治様 (桜井町一)

・故中田 誠様 (遺志として)

・坂 本 真 伸様 (大木戸)

・故坂本正志様 (遺志として)

・寺 門 忠 雄様 (矢川原)

・故寺門菊枝様 (遺志として)

・若 林 敏 様 (高 一)

・故若林伸子様 (遺志として)

・高 田 義 雄様 (雫)

・故高田秀雄様 (遺志として)

・曳 地 弘 子様 (大町一)

・故曳地隆治様 (遺志として)

・志 賀 祥 一様 (馬 場)

・故志賀ユリ様 (遺志として)

・鈴 木 健 一様 (下北高平)

・故鈴木宗雄様 (遺志として)

・佐 藤 正 美様 (馬 場)

・故佐藤千代様 (遺志として)

・佐 藤 孝 順様 (泉)

・故佐藤琢磨様 (遺志として)

・佐 藤 菊 子様 (小 沢)

・故佐藤トシ子様 (遺志として)

・鈴木 信 勝様 (三島町一)  
故鈴木清信様 (遺志として)

#### 【一般寄付】

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

・田 中 セツ子様 (江 井)

・紙オムツ等を社会福祉のために

・吉 川 周太郎様 (北 原)

・社会福祉のために

・東北労働金庫原町支店ろうきん友の会  
会長 堀内 一成様  
社会福祉のために

・小 林 キミヨ 様 (西 町)

・手作りふくろうマスコットを社  
会福祉のために

・匿 名

・ティッシュペーパー等を社会福祉のために

・【お寄せいただいたご厚情は地域  
福祉活動に活用させていただきます】

### 平成30年度 賛助会費

(平成31年2月28日現在)

本会の趣旨に賛同し、年額一万円  
以上の会費を納入していただいた企  
業、事業所等をご紹介します。

・(株)ユアテック 相双営業所

・(株)ジャスト

・(有)植松教材社

・(医)田村内科医院

・ムシヤ袋屋

・(資)小泉食品

・NPO法人あさ家

(順不同・敬称略)

ご支援・ご協力ありがとうございます

### フードバンク御礼とご報告

たくさんの方々から支援  
や激励のお言葉を頂きました。  
心より感謝いたします。

1月分実績

◆ご寄贈件数

3件(総数 42点)

◆提供件数

12件(総数110点)

### 無料法律相談会

◆期日・会場

平成31年4月12日(金)

原町区福祉会館 相談室1

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)2618246 (鹿島区)

### こころの健康相談

◆日時

平成31年3月16日(土)

午後2時～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

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)4615354

### 認知症相談会

◆期日・会場

平成31年4月8日(月)

原町区福祉会館 中会議室

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)2314519 荒まで

### わびあい

〔編集後記〕

3月に入り、桜が待ち遠しい  
季節になりました。  
今年の開花予想はいつこ  
らう。だんだんと暖かくなっ  
てきますね。暖かくなるのはう  
れしいのですが、素直に喜べない  
ことが…

今や国民病と言われている  
花粉症。私は秋まで点鼻薬が手  
放せません。でも今は機能性の  
高いマスクや対策グッズがたく  
さん出ているので自分に合った  
アイテムを手に入れ、お花見に  
行きたいと思います。  
桜の下できれいな桜を見なが  
ら、美味しいご飯を食べて、飲ん  
で楽しむお花見も好きですが、  
近くにある桜の名所にもなっ  
ている神社に愛犬を連れて散歩  
する時間が私は大好きです。

(K\*T)