



社協HP

# 社協だより

## オレンジハート



▲ 南町二丁目ふれあいサロン  
(93歳でも元気!!手作り輪投げをエイッ)



▲ 角川原みんなのサロン(あんたがたどこさ月)



▲ 大木戸ふれあいサロン  
(恒例のゲーム「ラダーゲッター」上手ですね!!)



▲ 角間沢サロン(小高赤十字奉仕団と一緒に)

### 参加者の声

・次は、どんな遊びをするのか楽しみにしている。

・世話人が、手作りのゲームや新しい遊びを考え、楽しませてくれる。

・90歳を過ぎても、集まる場所があるのがうれしい。

サロン活動により、地域住民の絆が深まり、お互いに助け合う関係が築かれ、福祉のまちづくりへと繋がっていきます。

現在、市内77のサロンが登録し、体操やニュースポーツ、脳トレや歌など、工夫を凝らした活動を行っています。

(ふれあいサロン)  
福祉基金助成事業)

集うことが、  
元気の源



～困ったときはおたがいさま、  
ささえ合う人たちがいる～

### 赤い羽根共同募金運動

令和5年10月1日～令和6年3月31日

人と人とのつながりを大切にした支援活動、ささえ合いの地域福祉活動などを支援するために活用されます。皆さまのご協力をお願いします。

#### 【市内での活用例】

- ・各種ボランティア講座
- ・高齢者・障がい者・子どもの交流事業
- ・子ども食堂やフードパントリー事業

#### 【県内での活用例】

- ・福祉施設の整備や福祉団体の育成
- ・住民参加の福祉づくりなど
- ・災害支援や被災地支援など

10月1日には、南相馬市内各所で街頭募金を行います。



## 令和5年度「ふくしのスローガン」が決まりました!!

### 最優秀賞

思いやり 君の声かけ 広がる笑顔

藤田 萌花さん 原町高校2年



【優秀賞：児童生徒の部】 応募総数 300点

あいさつは まほうの言葉 笑顔咲く 遠藤 夕結さん 八沢小6年

優しさの 一つ一つが 福祉へと 阿部 綾介さん 小高中3年

思いやり 手をさしのべれば 皆の幸せ 山本 玲奈さん 小高中3年

やさしさは みらいをひらく ころぼし 末永 和将さん 原三中3年

さしのべよう その手愛の手 福祉の手 鈴木真日瑠さん 原一中2年

助け合い 気づかう心で 支え合う 前田陽菜乃さん 鹿島小5年

【優秀賞：大人の部】 応募総数 43点

あたたかき 差しのべる手に 待つ絆 大谷 京子さん 鹿島区

あいさつは 地域をつなぐ 道しるべ 長谷川和子さん 原町区

ささやかな あなたの声かけ 生きる力に 西山喜代子さん 小高区

ボランティア 小さな勇気 自分から 谷本 結さん 原高1年

手をとって 笑顔と心をつなげよう 石川 朱璃さん 原高3年

さしのべる その手が未来の 花咲かす 西内 野乃さん 原高3年

- (株)東邦銀行 原町支店
- (株)田村内科医院
- (株)竹川建設工業(株)
- 滝建設工業(株)
- (株)高野精機
- 相双五城信用組合 鹿島支店
- (株)相雲会 小野田病院
- (株)セントラル住設
- (株)鈴木組
- (株)杉内自動車整備工場
- 庄建技術(株)
- (株)シマ商会
- (資)塩屋金物店
- 三友住設(株)
- 佐藤じてんしゃ屋
- (有)齋藤商店
- 小林建業 (相馬市)
- (株)コハタ (鹿島区)
- 恒栄総合設備(株)
- (株)こいずみクリニク
- (株)グレイス福島
- 熊坂商事(株)
- (有)クサノ金物店
- かめや工機(株)
- (株)葉屋地所部 雲雀ヶ丘病院
- (株)金森和心会
- (有)鹿島製作所
- (有)岡崎造花店
- (有)井上薬局
- 伊藤冷機工業(株)
- 石川建設工業(株)
- 農石神食品加工組合
- 石垣ネーム
- NPO法人 あさ家
- 旭タイヤ商会
- NPO法人 あさがお
- (有)愛原印刷所
- (有)青空会 大町病院

- 東北造園(株)
- 東北労働金庫 原町支店
- 特別養護老人ホーム 長寿荘
- (有)トラスト
- (株)中里工務店
- 中野商事
- (有)ニシウチ製作所
- 西町歯科医院
- 西町電化センター
- 日産プリンス福島販売(株)原町店
- (株)新田建材原町
- 日本オートマチックマシン(株)原町事業所
- 原町共生授産園
- 原町建設機械(株)
- (株)原町サイン
- (株)原町自動車教習所
- はらまち心療内科クリニック
- 原町聖愛こども園
- (株)原町日通自動車修理工場
- (株)半谷医院
- (有)番場産業
- 福島県石油業協同組合南相馬支部
- (有)藤井製作所
- 藤倉コンポジット(株)原町工場
- (有)フレンドショップヤマダ
- NPO法人 ほっと悠
- ほりメンタルクリニック
- まつもと司法書士事務所
- (有)まめや
- (株)マルイ眼科
- 三澤内科ハートクリニック
- (株)緑ヶ丘パートナー
- (株)諸井緑樹園
- 門馬合名会社
- (有)門馬工業所
- (株)ヨシダ
- (有)ライト印刷
- 若杉裕二法律事務所
- (有)渡辺重機

## 令和5年度 賛助会費

（令和5年4月1日～6月10日）  
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。（順不同・敬称略）



敬老の日企画 **あすなろ・ひまわり・すみれデイサービスの  
高齢者162人に聞きました**



**子どもの頃の夢は何でしたか？**

1位	お嫁さん・主婦・母親	19人
2位	いい(立派な)大人、親	12人
3位	先生・幼稚園の先生	10人
4位	農家	7人
5位	早く大きくなりたい	7人

【少数】遊びたかった・親を助けて働く・健康で暮らす・学校(運動会)で一番になる・頭が良くなる・平和・洋服が欲しい・甘い物が食べたい・生きる、生きるのに精一杯で考えられない・兵隊・戦争に勝つ・アメリカを戦争で滅ぼす・天皇のために死ぬ(戦争中だから)・元気な体・母親を長生きさせたかった・自由に生きる・兄弟(友達)仲良く・幸せになる・勉強する・学校に行く、お金持ち・運動選手・普通の人・旅行に行く・海に行く・歌手・洋裁・バスガール・お姫様・役者・車の運転・就職する・会社員・国鉄・絵を描く・踊る・作家・床屋・大工・車掌

**一番大事なもの、大切なものは何ですか？**

1位	家族・子供・兄弟・夫	62人
2位	体・命・健康	59人
3位	お金	25人



【少数】習った事を忘れない・教科書・義務教育・好かれること・みんなと一緒に過ごすこと・信頼・付き合い・友達・人の心を知ること・働くこと・平和・本・写真・ペット・食べ物・物・着物・人形・自分で作ったDVD

**ひとこと**

「生きるのに精いっぱいと考えられない」と書かれた方がいました。戦争中で食べ物が不足するなど、困難な時代を乗り越えてこられた方々を尊敬するとともに、平和の大切さを再認識させていただきました。

**認知症** **こらお**

**認知症予防に役立つ食事って何？**

(認知症ケア専門士)

認知症予防に日本食が良いと聞いたことがあります。認知症予防となる食品は、大豆製品・青魚・緑黄色野菜・海藻などたくさんありますが、ただ摂れば良いというものではなく、バランスの良い食事が大切です。

日本食は一汁三菜で理想的な栄養バランスが取れると言われ、煮る・焼くなどの調理法は油の使用量が少ないので低カロリーです。

高血圧・糖尿病などの生活習慣病にならないためにも、塩分や糖分、摂取カロリーを控えてつ食事を楽しみましょう。

また、もうひとつ大切なことは、意識的によく噛むことです。噛むことで、顔の筋肉や味覚など様々な情報が脳へ伝達されるので、脳の活性化を促し、認知機能の改善が期待できます。

**ご存じですか？**

**認知症初期集中支援チーム**



認知症は誰にでも起こりえる病気で、2025年には、高齢者の5人に1人が認知症になると見込まれています。認知症の方の対応に困った時に相談できるのが**認知症初期集中支援チーム**です。

**○認知症初期集中支援チームとは？**

認知症の専門医と専門知識を持つ医療職、介護福祉職で構成されたチーム員が、家庭訪問し、相談を行いながら、生活の中の困りごとに対する支援を集中的に行います。

**○対象となる方は？**

市内にお住いの40歳以上の方で認知症の症状などでお困りの方

〈例えば〉

- ・ 認知症の診断を受けたいが受診につながらない方
- ・ 認知症の治療を中断している方
- ・ 適切な介護サービスを利用できていない方 など

認知症は **早期発見・早期診断・早期対応** が大切です。**まずは、お住いの担当地区の地域包括支援センターにご相談ください。**

小高地域包括支援センター	☎0244-44-1770
鹿島地域包括支援センター	☎0244-46-4600
原町西地域包括支援センター	☎0244-25-3329
原町東地域包括支援センター	☎0244-24-3390

協会の  
**ひまわりデイサービスセンター**  
にズームイン  
Season 2

ひまわりデイサービスセンターは、鹿島区にある高齢者を対象とした通所介護施設です。スタッフは11人、利用者様が、有意義な時間を過ごせるように、日々頑張っております。利用者様同士の仲が良く、話が尽きない様子です。帰るときには「また会いましょう」と声をかけ合っています。



ロビーで井戸端会議

職員一同、ひまわりのよ  
うな笑顔でご利用お待ちしております  
♡



指の運動をいっしょに

手指の運動や脳トレクイズなど、楽しみながら、脳の活性化を図ります。



**みなみそつま市民ふくし大学**  
参加者募集

**福祉学習支援ボランティア講座**

高齢者疑似体験の装着方法などを学び、体験会で子どもたちへ福祉の大切さを伝える講座です。

●日時

①養成講座 10月12日(木)

午前9時30分～午前11時30分

②体験会 10月21日(土)

午前9時30分～午前11時30分

●講師 南相馬市社会福祉協議会 職員

●会場 原町区福祉会館

●定員 20人

●参加費 無料

●締切 9月22日(金)まで

●問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区) ☎(0244)24-3415

**災害ボランティア講座**

多発する自然災害、災害ボランティアの活動は「力仕事」だけではありません。自分にも出来る活動を考えてみましょう。

●日時

①講義 10月6日(金) 午後1時30分～午後4時

②実践 11月1日(水) 午前中

●会場 原町区福祉会館

●内容 ①災害ボランティアについて

②災害ボランティアセンター立上げ訓練

●講師 李仁鉄氏

にいがた災害ボランティアネットワーク

●参加費 無料

●締切 9月27日(水)まで

●問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区) ☎(0244)24-3415

「市民後見人」

日常生活自立支援事業

(あんしんサポート)生活支援員養成講座

認知症や障がいなどで判断能力が不十分となっても、住み慣れた地域で安心して暮らせる仕組みづくりが必要とされています。支える仕組みや後見人制度などを学ぶ講座です。

●日時

①令和5年10月11日(水) 午後1時～午後3時30分

②令和5年10月18日(水) 午前10時30分～午後4時

③令和5年11月1日(水) 午前10時30分～午後3時30分

④令和5年11月8日(水) 午前10時30分～午後4時

⑤令和5年11月15日(水) 午前10時～午後4時15分

⑥令和5年11月22日(水) 午前9時30分～午後4時15分

●内容

成年後見制度の概要、実務、高齢者や障がい者に対する理解など

●会場 原町区福祉会館

●参加費 無料

●定員 20人

●締切 9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

「出張ゆいゆい広場」



牛越復興公営住宅、周辺地域住民の方を対象としたお茶会

- 問い合わせ・申込先  
生活支援相談室  
☎(0244)2615107
- 参加費 1000円(初回無料)
- 会場 小高保健福祉センター
- 『おだかサロン』  
日時 9月20日(水) 軽体操  
10月18日(水) 出前講座  
午前10時～正午

「おだかサロン」



～物作り(絵手紙)～  
高校生と一緒に初めての絵手紙に挑戦p(\*^^)p

「ゆいゆい広場」



～はらまちクラブさんによる軽体操～  
高校生と秋の歌に合わせて、脳トレをしながらの軽体操!(^^)!

被災者支援事業  
サロンのお知らせ

※サロンに参加される方は、感染症予防のためマスクの着用をお願いします。また、状況により変更となる場合があります。

こんにちは！生活支援相談室です

相談員 ほっこり

夏休み期間に入ったある日、巡回訪問中、エレベーター前で小学生に会いました。「こんにちは。どうぞ、お先に。」と、エレベーターの乗車を譲ってくれました。「ありがとう。でも、相談員は階段を使うんだよ。どうぞ、使って。」と、言葉を交わし、その日は、ほっこりとハッピーな気分で活動することができました。

大馬一日所長と

おだかのまち散歩

小高区福祉サービスセンター一日所長の秋田犬大馬くんと一緒にゴミを拾いながら、おだかのまちを見回ります。



日頃からの地域防災を意識し、危険な場所や避難場所を確認しながら歩きましょう！

- 日時 10月3日(火)  
午前10時～正午 (受付9時30分)
- 会場 小高区福祉サービスセンター
- 参加費 無料
- 持参物 ゴミ拾い用トンダ、雨具など
- 問い合わせ・申込先 地域福祉課(小高区)  
☎(0244)4415970

親子で、防災を学ぼう！

(イザ！カエルキャラバン(南相馬))

水消火器体験やバケツリレーなど、子ども達が遊びながら学べる防災イベントです。

- 日時 10月22日(日)  
午後1時30分～午後3時30分まで
- 会場 原町区福祉会館
- 参加費 無料
- 事前申し込み不要 「かえつこバザール」のおもちゃの受け入れ、持ち帰り等はありません
- 問い合わせ・申込先 地域福祉課(原町区)  
☎(0244)2413415

フードパントリー

ひとり親・多子世帯へ食料品等を無償で配布しています。申込みや対象世帯など、お気軽にお問い合わせください。引き続き、ご寄付(特に玄米など)も、よろしくお願いいたします。

〔締切日〕

10月6日(金)まで厳守

〔配布日〕

10月28日(土)  
正午～午後3時まで

〔配布場所〕

原町区福祉会館  
(原町区小川町322-1)

● 問い合わせ・申込先

地域福祉課(原町区)  
☎(0244)2413415

<申込専用QRコード>



私のアンテナ



～生活支援コーディネーターの毎日～

小学生だった私は『おはなしのへや』の時間が楽しみで、「今日はどんなお話なんだろう」とワクワクしていました。アニマル劇場や絵本の読み聞かせには、子どもたちの興味を惹きつけるような工夫が盛り込まれていて、10年振りに見る私は、子どもたちと一緒に見入ってしまいました。

小高小学校で年3回開催される『おはなしのへや』は、震災前から続く読み聞かせグループによるボランティア活動で、この日のために避難先から駆けつけられたメンバーの方もいらっしゃいました。小高小学校の校舎に入るのは震災の日以来。思いがけない恩師との再会もあり、本校舎や仮設校舎で過ごした思い出を共有し、とても懐かしくなりました。

新しいものが多くなった小高区の風景に少し寂しさを感じる瞬間もありますが、一方でずっと変わらずに続いているものがあることは嬉しく、今後も活動を通じて発見していきたいと思います。

(問い合わせ先  
小高区福祉サービスセンター  
0244-44-5970)

# 「まぶいひろびろびろ」

《令和5年7月16日～令和5年8月15日》

## 【マ】遺志金

- ・高山区 佐山 廣 様(岡田)
- ・故佐山 卓 様(遺志として)
- ・井戸川 義 英 様(片草)
- ・故井戸川 日出子 様(遺志として)
- ・佐々木 準 一 様(蛭沢)
- ・故佐々木 セツ子 様(遺志として)
- ・加藤 直 様(大町)
- ・故加藤 トメノ 様(遺志として)
- ・大井 俊 夫 様(東町)
- ・故橋内 ツネ子 様(遺志として)
- ・松本 洋 様(上町)
- ・故松本 ヤイ子 様(遺志として)
- ・高野 智 彦 様(川房)
- ・故高野 節子 様(遺志として)
- ・鹿島区 中里 正 広 様(大内)
- ・故中里 利 行 様(遺志として)
- ・鈴木 武 夫 様(牛河内)
- ・故鈴木 ヤイ 様(遺志として)
- ・蒔田 正 己 様(三里)
- ・故蒔田 リツ子 様(遺志として)
- ・林 康 子 様(牛河内)
- ・故林 正 身 様(遺志として)
- ・濱 名 文 雄 様(角川原)
- ・故濱 名 圭 子 様(遺志として)
- ・濱 名 弘 幸 様(角川原)
- ・故大久 ヒロ子 様(遺志として)

## 原町区

- ・濱 名 秀 幸 様(橋本町)
- ・故濱 名 秀 雄 様(遺志として)
- ・西 真 一 様(大町)
- ・故西 勳 作 様(遺志として)
- ・高野 智 勝 様(栗)
- ・故高野 傳 様(遺志として)
- ・林崎 修 一 様(馬場)
- ・故林崎 巖 様(遺志として)
- ・渡部 雅 司 様(益田)
- ・故渡部 秀 夫 様(遺志として)
- ・濱 須 一 男 様(大町)
- ・故濱 須 ミイ子 様(遺志として)
- ・匿名 名

## 【一般寄付金】

- ・岡田行政区3組 様
- ・社会福祉のために
- ・医療法人 光麗会 様(相馬市)
- ・社会福祉のために
- ・株式会社 鹿島印刷所
- ・代表取締役 川又啓蔵 様
- ・創業110年を記念して社会福祉のために
- ・花のまちづくり実行委員会 様
- ・ヤングケアラーのために
- ・鈴木 洋 一 様(北泉)
- ・ヤングケアラーのために

## 【物品寄付】

- ・小高マルシエ 様
- ・野菜等を社会福祉のために
- ・佐藤 貞 夫 様(仲町)
- ・ガーゼ等を社会福祉のために
- ・JAふくしま未来女性部小高支部
- ・タオルを社会福祉のために
- ・丸三製紙株式会社 様
- ・マスクを社会福祉のために
- ・宮本 昭子 様(下太田)
- ・紙オムツを社会福祉のために
- ・とまとサロン 様
- ・雑巾を社会福祉のために
- ・文化住宅機器(株) 様
- ・お米をフードバンクへ
- ・NPO法人 あさがお 様
- ・米粉菓子パンをフードバンクへ
- ・斎藤 厚 様(福島市)
- ・スープリゾット等をフードバンクへ
- ・佐藤 衆 様(上町)
- ・お米等をフードバンクへ

- ・医生丘まちづくり協議会 様
- ・医生丘市民センター 様(北九州市)
- ・子ども達への支援のために
- ・匿名 名
- ・南相馬市復興支援のために

【お寄せいただいたご厚情は地域福祉活動に活用しています】

## みんなで楽しく！ひらめき力を鍛えよう！

### プレゼントクイズ～脳トレチャレンジ！～

正解者から抽選で3名にプレゼントが当たる！ 日本赤十字社QUOカード500円分

●問題：？に入る漢字1文字は何でしょう。下の□から選んでください。

暑 → 旺 → ?  
→ 架 → 森

①夏 ②空 ③珈 ④涼

8月号の答え：聴力

#### 【応募方法】

①クイズの答え②お名前③住所④電話番号⑤年齢⑥本誌(本会)へのご意見ご感想をご記入の上、はがき、またはGoogleフォームから応募ください。  
(ご記入の個人情報は適切に管理し、目的以外に使用しません。いただいたご意見等は本誌において掲載させていただく場合がございます)

【応募締切】 令和5年9月30日(土)

※当選者の発表は商品の発送をもってかえさせていただきます。

#### 【宛先】

〒975-0011  
南相馬市原町区小川町322-1  
南相馬市社会福祉協議会  
「オレンジハート  
プレゼントクイズ係」



## フードバンク御礼とご報告

- ◆7月分実績
- ◆社協への寄付件数 16件(総数 712点)
- ◆要支援者への食料引き渡し件数 22件(総数 265点)

## 認知症相談会

- ◆日時 10月16日(月) 午後1時30分～午後3時30分
- ◆会場 原町区福祉会館 中会議室
- ◆お問い合わせ先 認知症の人と家族の会 (0244) 23-4519 荒まで