◎令和４年度ふくしのスローガン
「助けあい 皆がみんなを 支えてる」

社協だより オレンジハート

No.198
令和４年12月15日発行
編集・発行
ふれあいネットワーク
社会福祉法人
南相馬市社会福祉協議会
〒975－0011
福島県南相馬市原町区小川町322-1
ＴＥＬ　０２４４－２４－３４１５
ＦＡＸ　０２４４－２４－１２７１
https://www.m-somashakyo.jp
shakyo@m-somashakyo.or.jp

社協HP

▲ ドキドキハラハラの風船運びリレー！

▲ シニアボランティアさんとお手玉をしました♪

▲ おはじきで昔遊び

元気いっぱい、高平児童クラブ！

～高平児童館　11月生まれのお誕生会・シニアボランティアとの交流～

高平児童館では、毎月の誕生会や季節の行事を行い、司会などの担当グループの児童を中心にいつも楽しく行事に取り組んでいます。

11月11日には、「11月生まれのお誕生会」を開催しました。まず、４人の担当グループの児童が、11月生まれの児童の紹介や質問等をし、２人の児童が質問に答えてくれました。

その後は「風船運びリレー」のゲームを行いました。大きなビニール袋の上に風船を乗せ、二人一組で四つ角を持って、風船を落とさないようにコーンを回ってきてリレーをするゲームです。二回目はビニール袋を新聞紙に替えて行い、新聞紙が破けるアクシデントもありましたが、それぞれのペアが協力し、白熱したリレーが行われました。初めは二回の予定でしたが、三回目も行い、夢中になってリレーに取り組み、あっという間の時間を過ごしました。

11月15日には、５人のシニアボランティアの方々と昔遊びの交流を行いました。

長年の功労に感謝
～第75回福島県社会福祉大会 表彰～

11月11日、「二本松市民会館」において、「第76回福島県社会福祉大会」が開催されました。

大会では、長年にわたり社会福祉活動の発展に功労された方々が各種表彰を受賞されました。

受賞された皆さま、誠におめでとうございます。

《福島県知事感謝》
民生委員・児童委員として感謝状を贈られる方
○豊永　幸一　様
○菅野　啓明　様

《福島県社会福祉協議会長感謝》
民生委員・児童委員として感謝状を贈られる方
○林　登美子　様
○深谷　京子　様
○富川　明美　様
○小林　惠美　様

《ボランティア功労者に対する知事表彰》
○郡　芳一　様

《福島県社会福祉協議会長ボランティア功労表彰》
○旭ふれあいサロン　様
○西町おたのしみ会　様

《福島県社会福祉協議会長ボランティア功労感謝》
○上北一花みずきサロン　様
○特定非営利活動法人
みんな共和国　様

フードパントリーの開催について
〈赤い羽根共同募金配分金事業〉

生活にお困りの世帯が安定した生活を送ることができるよう、食料品等を無償で配布し、応援します。

【対象世帯】
①１８歳までの子どもがいる**ひとり親世帯**
②４人以上の子どもがいる**多子世帯**（成人のみの世帯は対象外です）
③家族の身体・精神の障害や疾病等が理由で、**子ども（高校生以下）が中心となり**生活上の介護・看護などの、世話をしている世帯。
④失業などで一時的に生活がひっ迫している世帯
※申込の際、氏名・住所・連絡先・家族構成・生活状況などを伺います。
※上記の対象世帯に当てはまらない場合でも、まずはお問い合わせください。ハートフルサポート（生活困窮者自立支援事業）でご相談に応じることができます。

◆締 切 日◆　令和４年12月28日（水）　締切厳守
※提供できる食料品等によって、締切日前に受付を終了させていただくことがあります。

◆配 布 日◆　令和５年1月28日（土）　正午～午後３時

◆配 布 物◆　１世帯／ お米５ｋｇなど

◆配布場所◆　原町区福祉会館（原町区小川町３２２－１）

<申込専用ＱＲコード>

▲ 前回のようす

●お願い●
・当日は簡単なアンケートにご協力ください。
・利用したことがある方も、**毎回必ず申込みが必要になります。**
・受取時間の厳守をお願いいたします。
・連絡なく、または特別な理由なくキャンセルされた場合、次回以降の申込をお断りさせていただきます。

◆問い合わせ・申込先◆　地域福祉課（原町区）　☎（0244）２４－３４１５

～ ご寄付・ボランティアの募集 ～
◇お米の寄付（購入･収穫後、１年以内）　◇お米の精米作業･袋詰作業 など皆さまのご協力をよろしくお願いします。

＜みなみそうま市民ふくし大学ボランティア講座＞

くらしあんしんスマホ活用講座 新規

今年初めての企画として、11月21日、24日、28日と３回シリーズで、「くらしあんしんスマホ講座」を開講しました。

現在、地域のボランティア活動などにおける情報のやり取りは人海戦術で行っていることが多いのですが、例えば、携帯電話からSNSのグループなどを活用すれば、そのスピードと発信する手間が軽減できます。これを“プッシュ型”の情報配信の改革といいます。

また、必要な資料や記録などをサーバ上に置いておき、ユーザーが検索して取り出せるようにしておけば、ユーザーの利便性が上がります。これを“プル型”の情報配信といいます。いずれもパソコンやスマホなどインターネットに接続できる機器があって初めて実現できます。すでにスマホの保有率は高い状況にあるため、その操作のスキルアップを図ることで、より便利なシステムができる可能性があります。

▲ ①便利なスマホアプリの紹介

この講座は今年初めての試みであり、スマホの活用を楽しみながら学ぼうと３回シリーズとし、**①生活に便利なスマホのアプリの紹介②地域の見守りに役立つ体験として、“電子御守り”と“検索アプリ”のシステムを使った認知症の人の捜索体験③自分にとってどんなアプリやシステムが必要になってくるのかを考える**企画としました。

▲ ②認知症捜索体験！

すでに、スマホでの決済を行っている人もいれば、「触るとおかしくなって叱られるから怖くて触れない」という人まで幅広い受講者がいましたが、共通した問題として、日常の疑問を聞けるところがないという意見がありました。せっかく、意を決してSNSを始めても、ちょっとしたことで多くの方が苦手意識に繋がってしまうという経験をしています。

これを断ち切るためには、身近に細く長い相談窓口があるなどの対応策があれば、少しずつ地域のボランティア層のITスキルもアップし、“プッシュ型・プル型”の情報配信がスムースにいくようになるのではないでしょうか。

（講師：(合)猫の手コミュニケーションズ　代表　井上昌宏 氏ほか）

▲ ③ワークショップのようす

後期高齢者であってもスマホを使いこなしたいというニーズは高まっているため、その“やる気”と、電子御守り・スマホのアプリを活用した“地域の見守り”を、この講座を通して結び付け、今後も市民の皆さんの暮らしの安心やボランティア活動を支援していきたいと思います。

＜講座終了後のボランティア登録者：１人＞

＜みなみそうま市民ふくし大学ボランティア講座＞ 成年後見制度 市民後見人養成講座

10月12日(水)から11月16日(水)までの日程で、全６日の成年後見制度市民後見人養成講座を開催しました。

講師に、弁護士や司法書士をはじめとする各分野の専門家をお招きし、市民後見人制度等について詳しくご講義をいただきました。

今年度は、16人が受講し、皆さん真剣に講義を受けられ、権利擁護の視点により成年後見制度の理解を深めた講座となりました。

講座終了後、本会のあんしんサポート（日常生活自立支援事業）の生活支援員に３人の方にご登録いただきました。

▲ 閉講式のようす

『筋膜リリースで身体をメンテナンス』

～原町西地域包括支援センター 家族介護教室～

11月9日、原町区福祉会館において、家族介護教室を開催しました。

相馬市にある「はりきゅうさとう家治療室」院長　佐藤（さとう）濯弥（たくや）先生をお招きし、『筋膜リリースエクササイズ』、『ストレスを緩和させるツボ押し』、『ご家族の為のツボ押しワークショップ』などを学びました。

参加者の皆さんは、椅子や壁、タオルなどを使ってエクササイズを行いました。教室の終了後には心も身体もリリース（解放）され、伸びやかになり、その効果を実感したようでした。

▲ 椅子を使った体操を実践！

ホームヘルパー募集！

～未経験者歓迎～

ホームヘルパー（非常勤職員）

【勤務時間】

午前7時～午後7時

※非常勤職員の勤務日数、勤務時間については、応相談となります。

【応募資格】

・介護職員初任者研修（ホームヘルパー2級以上）

・普通自動車第1種免許

【就業場所】

訪問介護事業所（事業所：原町区、訪問先：南相馬市内）

【申込み方法】

本会指定受験申込書、資格証（写）、運転免許証（写）、ハローワーク紹介状を持参、もしくは郵送してください。

本会の詳しい求人情報は、左記QRコードよりご覧になれます。

お気軽に総務課までお問い合わせください！

☎（0244）24－3415

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のための「福祉の仕事相談会」を開催しています。

●日　程（奇数月第3木曜日）

令和5年1月19日㈭

※新型コロナウイルスの感染状況によっては、中止する場合があります。

●時　間

午前10時30分～午後2時30分

※相談時間は一人30分程度

予約不要・料金無料

●会　場　原町区福祉会館

●問い合わせ先

福島県社会福祉協議会　人材研修課

福祉人材センター

☎（024）521－5662

10月号への読者の声

●オレンジハート毎月購読させて頂いてます。その地域の取りくみが何でも書いてあるので、一人で悩んでないで、色々相談したり行動に移したりしてやって行けばいいんだなと思います。（60代）

●最近みかけるフードドライブ、自分にもできる助け合いが必ずあるのだと思いました。（40代）

●ボランティアに関心はあるものの行動に移すのが難しいです。まずは福祉について学ぶことから始めていけたらと思います。（60代）

（原文のまま引用）

10月号のプレゼントクイズへ、17件のご応募をいただきました。ありがとうございました。

ファミマフードドライブ実績

総数　20点（10月分）

レトルト食品や乾麺などを市民の皆さまから頂きました。

たくさんのご支援をありがとうございます。今後もよろしくお願いします。

▲ ファミリーマート原ノ町駅前店に回収BOXが設置されています。

フードバンク御礼とご報告

10月分実績

◆社協への寄付件数

16件（総数　305点）

◆要支援者への食料引き渡し件数

19件（総数　295点）

活動へのご支援、ご協力ありがとうございます。

こんにちは！生活支援相談室です

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。

『社協ゆいゆい広場』

●**日　時**　令和４年12月28日㈬
令和５年１月25日㈬
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）２６－５１０７

『おだかサロン』

●**日　時**　令和４年12月21日㈬
令和５年１月18日㈬
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）２６－５１０７

福島市に避難されている方『ホッとサロン「てとて」』

●**日　時**　令和４年12月21日㈬
午前９時30分　開場

●**会　場**　ふくしん夢の音楽堂小ホール

●**内　容**
「落語」
各自飲み物持参・マスク着用

●**問い合わせ先**
福島市社会福祉協議会
総務課地域福祉係
☎（０２４）５３３－８８８１

おだかサロン

▲移動図書館に来ていただきました☆皆さんいろいろな本を手に取り、熱心に借りる本を選んでいました（＾＾）

サロンでお世話になっているボランティア様をご紹介します♪

- **NPO法人 はらまちクラブ 様**
- **カリタス南相馬 様**
- **南相馬市立図書館 様**

認知症こらむ

認知症のお世話は順送り

（執筆者：認知症を考える会
事務員　タカノシンジ）

自分が若いころは、よく職場の食事会などで先輩たちにごちそうになりました。最近では、自分もいい年齢になり当時の先輩たちへの直接の恩返しにはなりませんが、後輩たちにごちそうするなどして過去に受けた恩を順送りしています。

今後、ますます高齢化が進む中、２０２５年には全国で６５歳以上の高齢者のうち５人に１人が認知症になると見込まれています。自分の肉親が認知症になったとき、まずは真正面から受け止め、思いやりの気持ちをもって接したいものです。ただし、そのお世話で自分が倒れてしまうことは避けなくてはなりません。

そのときは、施設入所や介護サービスを上手に組み合わせた寄り添い方を考えます。そういう親の姿を見た子どもたちは、将来自分が認知症になったときにきっとお世話の順送りをしてくれるでしょう。

認知症相談会

◆**日　時**　令和５年１月16日㈪
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

◆**問い合わせ先**
認知症の人と家族の会
☎（０２４４）２３－４５１９　荒（あら）まで

【復興公営住宅　茶話会】

▲上町団地

▲北原団地

▲牛越団地

９月６日の南町団地に引き続き、避難元社会福祉協議会と協働で、感染症対策を十分に取りながら各団地で茶話会を開催しました！

１１月１０日の上町団地は浪江町社協、１１月２２日の牛越団地は双葉町社協、１１月２８日の北原団地は大熊町社協が主担当となり、軽体操と輪投げ、テーブルゲームなど各団地で楽しみました。ゲームでは、住民同士で競い合ったり、応援したりと交流を深め、和気あいあいと盛り上がりました♪

ありがとうございました

「まごころひろば」《令和4年10月16日～令和4年11月15日》

【ご遺志金】

小高区

・井戸川 節夫 様(片草)
故井戸川 和永 様ご遺志として

・半杭 諭 様(大富)
故半杭 貞清 様ご遺志として

・徳澤 邦知 様(飯崎)
故徳澤 智 様ご遺志として

・佐藤 徳 様(大井)
故佐藤 照雄 様ご遺志として

・佐藤 孝一 様(東町)
故佐藤 吉野 様ご遺志として

・渡邊 和英 様(大井)
故渡邊 安喜 様ご遺志として

鹿島区

・濵名 かほる 様(北海老)
故濵名 英政 様ご遺志として

・北川 貴洋 様(南屋形)
故北川 マサ 様ご遺志として

・鈴木 航平 様(寺内)
故鈴木 将達 様ご遺志として

・小林 五月 様(北海老)
故小林 ヨシ子 様ご遺志として

原町区

・牛来 清 様(馬場)
故牛来 フミヨ 様ご遺志として

・佐伯 嘉彦 様(高見町)
故佐伯 浩子 様ご遺志として

・匿名
ご遺志として

【一般寄付金】

・原 明美 様(大阪府)
社会福祉のために

・鈴木 洋一 様(北泉)
ヤングケアラー支援のために

・福島県相双日本花の会 様
ヤングケアラー支援のために

・原町ライオンズクラブ 様
こども食堂「みんなの食堂ゆるっと」への支援金として

・NPO法人 チェルノブイリ救援・中部 様(愛知県)
こども食堂「みんなの食堂ゆるっと」への支援金として

・福島ヤクルト販売㈱ ヤクルト親交会 様
社会福祉のために

・匿名
社会福祉のために

・匿名
南相馬市支援のために

・とまとサロン一同 様
雑巾を社会福祉のために

・千相院 様(深野)
菓子等をフードバンクへ

・山田町子 様(上北高平)
紙オムツ等を社会福祉のために

・トヨタカローラいわき㈱ 原町店 様
車いすを社会福祉のために

・匿名
トイレットペーパー等を社会福祉のために

・匿名
リハビリパンツ等を社会福祉のために

・匿名(2件)
紙パンツを社会福祉のために

・匿名
毛布等を社会福祉のために

・匿名
文房具を社会福祉のために

・匿名
衣類等を社会福祉のために

【物品寄付】

・小高マルシェ 様(5件)
野菜等を社会福祉のために

・鈴木節子 様(栄町)
タオル他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！　赤い羽根QUOカード500円分

●問題：△と□と○には、それぞれ１文字ずつひらがなが入ります。○△□と並べた時にできる言葉はなんでしょう？

例：くり☆ま☆→くりすます　☆=す

へ△し△
か□□□き
○○くれ

○△□→？？？

10月号の答え【①韓国 ②日本】国の通貨名が隠れています
①ウォンバット=韓国　②エンゲージリング=日本

【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、またはグーグルフォームからご応募ください。
(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1月31日(火)
※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。

グーグルフォーム
QRコード

【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」