

Vol.108

2015年4月号

ぐらぶあ

ふみだそう、福祉でまちづくり

みんなで話し合い みんなで課題解決

平成26年度 福祉推進委員研修会



2月21日(土)茅野市役所において、区長、自治会長、福祉推進委員約160名の参加がありました。

今回は、地域の課題や暮らしの困りごとについて、みんなで解決していく過程を、「クロスロード」を体験しながら学んでいただきました。

話し合いの中で得られる「気づき」の多さと、他の参加者の考え方に心が揺らぎ、そこから生まれる新たな考えにうなずくみなさんの姿が印象的でした。

「クロスロード」とは…

カードの設問に対し、各自がYESかNOかで自分の意見を示す手法です。設問に対する正解はなく、なぜそう考えたのかについて、参加者同士で意見交換をします。今回の研修会では、設問を地域の課題として、①防災訓練の内容 ②認知症に気付いたら ③雪かきの対応 について意見交換していただきました。

私が購読している月刊誌に「寝たきり老人ゼロ」を目指して、内科医の山梨熙一郎さんが考えた十ヶ条の予防法が載っていたので紹介します。



①脳卒中と骨折の予防。寝たきり予防への第一歩。

②寝たきりは寝かせきりからつくられる。

③リハビリは早期開始が効果的。始めよう、ベッドの上から訓練を。

④暮らしの中でのリハビリは、食事、排泄、着替えから。

⑤朝起き、まずは着替えて身だしなみ、寝・食分けて生活のメリハリ。

⑥「手を出しすぎず、目は離さず」が介護の基本。自主の気持ちを大切に。

⑦ベッドから移ろう、移送車いす。移動を広げる機械の活用。

⑧手すり付け、段差をなくし住みやすく、アイデア生かして住まいの改善。

⑨家庭、社会でも喜びを見つけ、みんなで防ごう関心こもり。

⑩進んで利用、機能訓練、デイサービス。寝たきりなくす人の和、地域の和。

私たちは誰も寝たきりにならないことを願う。それは『お互いさま』で支え合える地域の絆と家族の愛情。まさに社協のシンボルマーク「シヤララ」のさしのべる手、やさし出す手。

赤い羽根共同募金へのご協力ありがとうございました

昨年10月から12月まで行なわれた「赤い羽根共同募金」運動。市民のみなさんをはじめ、企業・学校等多くの方々に支えられ、募金活動を終了することができました。
ご協力に感謝申し上げますとともに、結果をご報告いたします。

平成26年度の募金総額は **9,027,223円** でした。

各地区の戸別募金

ちの	1,443,304円
宮川	1,172,774円
米沢	411,577円
豊平	754,915円
玉川	1,483,149円
泉野	296,215円
金沢	423,840円
湖東	369,726円
北山	468,760円
中大塩	263,092円

各地区の法人募金

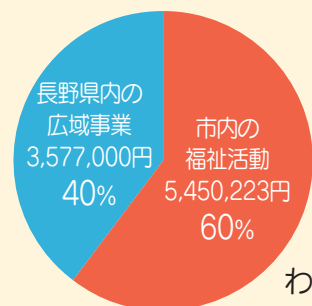
宮川	463,517円
米沢	159,500円
豊平	246,300円
泉野	114,000円
金沢	206,000円
湖東	326,000円
北山	96,000円

学校の募金

永明小学校	10,361円
宮川小学校	12,541円
玉川小学校	18,440円
泉野小学校	3,223円
金沢小学校	3,350円
北山小学校	3,791円
永明中学校	2,177円
長峰中学校	3,860円

その他の募金

ちの地区内単位高齢者クラブ	12,654円
宮川地区内単位高齢者クラブ	19,098円
玉川地区内単位高齢者クラブ	20,633円
泉野地区内単位高齢者クラブ	29,846円
中大塩地区単位高齢者クラブ	46,100円
縞枯山荘	27,474円
ボーイスカウト茅野第1団	23,000円
茅野市社協・各SC	22,059円
街頭募金	13,066円
その他	56,881円



ご協力いただいた募金のうち約60%の5,450,223円が茅野市内での福祉活動に使われ、残りの40%の3,577,000円は、長野県内の福祉活動・防災活動等に使われます。

茅野市社協の事業へ



1,400,000円

情報紙やらざあ発行や市内の小・中・高校での様々な福祉活動への助成



地区社協の活動へ



2,650,223円

福祉推進委員活動など身近な地域の支えあい活動支援や、高齢者の昼食会や配食サービスなどの活動支援 など



市内ボランティアグループの活動へ



1,400,000円

茅野市内の高齢者、障害児・者、児童・青少年、住民等を対象にしたボランティアグループへの助成



長野県内の広域事業へ



3,577,000円

区・自治会等で防災ために整備する物品・設備の助成や、孤立を無くす活動への助成、県内の福祉施設・団体への助成 など



赤い羽根共同募金で防災物品・設備を整備!!

左ページにある長野県内の広域事業として「安心・安全のまちづくり活動支援配分」があります。

長野県共同募金会では、みなさんが住んでいる身近な地域の安心・安全の暮らしを支援するために、区・自治会や自主防災組織等が防災物品や設備を整備する際に助成を行っています。

既に、茅野市内のいくつかの区・自治会、自主防災組織等がこの助成を活用して、防災物品や設備を整備し、いざという時や日常の訓練等に役立てられています。

この助成でどんな防災物品・設備が購入できるの?

この助成では、以下の物品・設備の整備に対して助成されます。

- ・発電機・テント・投光器・投光器スタンド・炊出用釜・発電式ラジオ
- ・担架・車いす・リヤカー
- ・AED・救急セット・救助用工具
- ・メガホン・無線機
- ・ヘルメット
- ・防災物品保管用倉庫・防災物品保管用物置



赤い羽根共同募金が、このような形で地域の防災に活かされています。

今まで配分が決定した区・自治会等が購入した防災物品・設備は以下のとおりです。

区・自治会 自主防災組織等	物品・設備	配分額
上原自主防災組織	発電機	200,000円
茅野区	リヤカー	185,000円
中河原区	AED	200,000円
田沢区	発電機・投光機	189,000円
米沢台区	投光機	200,000円
埴原田区	救命用工具	79,000円
上古田区	救命用工具	183,000円
小泉区	防災物品保管用倉庫	200,000円
子之神区	発電機・投光機	200,000円
山田区	テント	138,000円
若葉台自治会	テント	200,000円
中道自主防災会	発電機・投光機	167,000円
大池区	防災物品保管用倉庫	200,000円
中村区	救助用工具	149,000円
蓼科区	テント	110,000円

この配分事業は、毎年10月から11月にかけて申請の受付けを行い、翌年度に配分決定されます。今年度も16の区・自治会等が申請しています。

ご希望の区・自治会等はぜひご検討ください。

配分が決定した区・自治会等からの ありがとうメッセージ

・建物の倒壊や倒木等があっても、リヤカーの整備により、物資や負傷者運搬に機動的な対応ができるようになり、区民に喜んでいただきました。
(茅野区)

・今回購入した防災用テントは、折り畳み式でとても扱いやすくなりました。
(山田区)

・大規模災害に対して予算等で苦慮しておりましたが、発電機及び投光機を購入することができました。ありがとうございました。
(中道区)

・当区は水の溜まりやすい地形のため、水害の際、初期救助活動にエンジンカッター(救助用工具)は大きな力となります。
(上古田区)



茅野男性介護者の会「ケアメンの会」ご存知ですか？

～妻の介護も、長くなればおざなりになりがちだけど、いつも新しい気持ちで向き合いたい～

従来から、家族の介護は女性の役割とされてきました。しかし現在は、介護者の3人に1人は男性になってきており、男性介護者（ケアメン）と言われ、今や介護の世界では必須の担い手となっています。

ケアメンの会は発足5年。同じ立場の人が集まって語り合うことで、新たな気持ちで介護に向き合えるきっかけとなっています。（河西会長談）

《一度参加してみませんか？》

開催日：毎月第3火曜日

時 間：午後1時30分から午後3時まで

会 場：ちの地区コミュニティセンター（変更あり）

参加費：無料（親睦会は会費制）

内 容：語らいの時間、情報交換、勉強会、食事会など

問合せ：（会長）河西憲一 電話 72-6711

（事務局）茅野市社会福祉協議会

地域生活支援係（東部サービスセンター内）電話 82-1521



ケアメンの会に参加する時は、どうしていますか？また、来てみたらどうでしたか？



お知らせ

平成27年度

ボランティアグループ活動助成金

説明会を開催します

ボランティアグループの活動は、“まちづくり”においてとても大切なものです。この助成金は、茅野市で活動するボランティアグループが幅広く活躍し、自主的で継続的な活動ができることを目的としています。これから活動を立ち上げるグループや、引き続き本助成金を希望されるグループは必ずご出席ください。

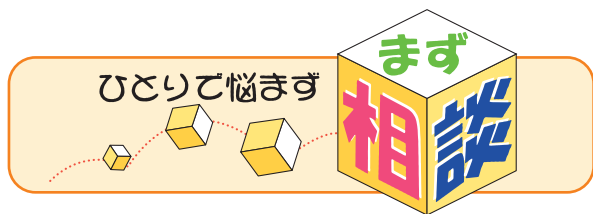
※詳細についてのお問い合わせは、下記へご連絡ください。

*** この助成金は、地域みなさんから集められた赤い羽根共同募金の配分金を財源としています。**

日 時：4月16日（木） 昼の部 午後2時から
夜の部 午後7時から
どちらか都合のつく方へご参加ください。

会 場：ちの地区コミュニティセンター（第1・第2会議室）

〈お問い合わせ〉
茅野市社会福祉協議会
ボランティア・市民活動センター
TEL 73-4431



人生には様々な悩みがあります。誰にも相談できない、どこに相談したらよいかわからない。そんなときは、まず社協にお電話ください。

総合福祉センター建替え工事に伴い相談会場が変更になります。
変更後の会場は、相談ごと異なりますので、ご注意ください。

心配ごと相談

どんなことでもご相談ください。

(第3金曜日は年金相談もできます。)

毎週金曜日 午前9時～正午

相談員：心配ごと相談員

※4月10日(金)は実施しません。

心の悩み相談には、事前の予約が必要です。

(精神保健福祉士が対応)

会場：4月3日(金) 総合福祉センター3階

4月17日(金)以降 市役所議会棟1階食堂

(社会福祉協議会移転先)

結婚相談

結婚を望まれる方の相談窓口

毎月第1・3土曜日

午後1時～午後4時

第2・4金曜日

午後6時30分～午後8時30分

相談員：結婚相談員

会場：4月4日(土) 総合福祉センター3階

4月18日(土)以降 市役所議会棟1階和室

※4月10日(金)は実施しません。

司法書士の法律相談(予約制)

身近な法律に関する相談

毎月第2水曜日 午後3時～午後5時

相談員：司法書士 予約電話／73-4431

会場：4月 総合福祉センター3階

5月以降 市役所議会棟1階食堂

(社会福祉協議会移転先)

福祉やボランティアの相談

月曜日～金曜日 午前8時30分～午後5時30分

電話／73-4431 FAX／73-8030

平成27年4月13日以降、相談会場は市役所
議会棟1階 社協事務局に移ります

読者の声

・「やらざあ」は以前は奇数月発行だったのが偶数月発行
に変わっていたんですね。(湖東 70代 男性)

・「シャララほっとサービス」について初めて知りました。
とても良いサービスだと思います。私も子どもが大好き
なので、この先仕事をやめて家に入ったら、是非協
力してみたいと思いました。(玉川 40代 女性)

・ボランティアで地区内の高齢者の方に毎月一回自作の
“お便り”をあげています。その時一人ずつお尋ねして
皆様とお話をします。

人と人との会話が絆を結ぶのではないのでしょうか。皆
様に喜ばれる事に感謝して、できる限り続けていこう
と思っている今日この頃です。(湖東 60代 女性)

・昨年末、90歳の父が亡くなりました。夕食に、大好き
な白身魚の煮付けとヨーグルトを食べ「うんまいなあ」
と母に感謝の言葉を言い、翌朝は笑顔で旅立ちました。
近年病院や施設で最期を迎えられる方が多い中で病ま
ずにぼっくり!が理想ですね。

(玉川 60代 女性)

・今日1月23日で孫が2歳になりましたが2年前の誕生
の後、社協の方々の御協力のおかげで娘の産後も無事
乗り切る事ができました。私も体調悪くて娘を見てや
ることができず困っておりましたが、産後の家事はも
とより、話し相手になって下さり、娘は生き生きとし
ておりました。本当にありがとうございました。

(宮川 女性)

今回の
クイズ

鳥の名前



春告げ鳥といわれている鳥は次のどれでしょう。

① 鷹

② 鷺

③ 鶯

応募要領

クイズの答え、住所、氏名、年齢(年代)、電話番号に
社協へのご意見、ご要望、やらざあのご感想、つぶやきなど
一言添えて社協までお送り下さい。正解者の中から抽選で
3名の方に図書カードを差し上げます。

応募締め切り

4月20日

前回のクイズの答え

①参議院議員選挙 ②就職活動 ③社会福祉協議会

当選者

田島昭雄さん(玉川) 伊藤栄子さん(玉川)

当選された方には図書カードをお送りいたします。

たくさんのご応募ありがとうございました。



社協情報紙 やらざあ Vol.108

2015年4月号

発行／社会福祉法人 茅野市社会福祉協議会

編集／やらざあ編集委員会

〒391-0002 茅野市塚原2-5-45

TEL (0266)73-4431

FAX (0266)73-8030

URL: <http://sharara.or.jp>

E-mail: support@sharara.or.jp

社協情報紙 やらざあ の発行にはみなさんの会費と共同募金が使われています。