そうま 社協だより

ふれあいネットワーク

No.162

2019年 12月15日

発行人 只野 裕一

発行：社会福祉法人相馬市社会福祉協議会　相馬市小泉字高池３５７(相馬市総合福祉センター内)
TEL 0244－36－5033　FAX 0244－36－3109　http://www.soma-syakyo.com

令和元年度　市民講座
「権利擁護・ほっとネット協力員養成講座」参加者募集！

１．目　的　　今日の地域社会を取り巻く環境や家族の形態も大きく変化し、高齢や障がいだけでなく、生活困窮に関する相談など複合的な課題を抱える世帯が増えています。高齢者や障がい者が住み慣れた自宅や地域で暮らし続けることができるよう、多様化する生活課題・福祉課題に即応した地域での見守り機能の向上を図ることが、重要となってきます。
そこで、権利擁護の視点をもった地域住民を養成することを目的に、市民講座を開催いたします。

２．日　時　　令和２年２月１７日（月）午後１時００分～午後４時３０分

３．会　場　　相馬市総合福祉センター（はまなす館）第１会議室

４．対　象　　相馬市民
ほっとネット協力員として活動可能な市民

５．受講料　　無料

６．定　員　　２０　名程度
※　１月３１日（金）で受付終了とします。

７．その他　　筆記用具など必要なものは各自準備ください。

８．問合先　　地域福祉係（☎36-5033）

日程表　　◇2月17日（月）　13：00～16：30

日　時	科　目	内　容
13：00～13：50（50分）	プログラム①「認知症の理解」	○認知症の正しい理解と接し方
13：50～14：50（60分）	プログラム②「日常生活自立支援事業の概要」	○日常生活自立支援事業について
14：50～15：00	（休憩）	
15：00～16：30（90分）	プログラム③「権利擁護とは」	○成年後見制度の概要 ○権利擁護人材育成（市民後見人等）の必要性と役割 ○地域で生じている課題と法的視点
	閉会	

生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）がみつけた！

相馬のお宝ご紹介！！　NO. 15

相馬のお宝ご紹介では、地域にある様々な支え合いや活動を、地域のみなさんにご紹介していきます。
今回は玉野公民館で行われていた活動をご紹介いたします。

玉野公民館では“骨太けんこう体操”のほかにも様々な活動が行われています。

11 月にお邪魔した際は“猫つぐら”作りが行われていました。“猫つぐら”は、稲わらを編み込んだもので、保温性に優れ、温かく狭いところが大好きな猫にはぴったりの寝床です。

今回参加された皆さんは、“猫つぐら”作りは初めてだそうですが、すぐにコツをつかんだようで、一生懸命編み込んでいました。作業をしながら「昔はおひつを入れたり、野菜を入れておく“つぐら”があったなぁ」と昔を懐かしんでいました。

活動初回日は、底の部分まで完成した人が多く、みなさん家に持ち帰り作業するとのことです。教えたり、教えられたり普段の会話も弾みますね♪

⬅こちらが完成品です！

みなさんの“猫つぐら”が完成するころにまたお邪魔したいと思います。

体力測定でお邪魔した別日には、「けん玉」を行っていました。女性のみなさんは初体験でしたが、皿に玉が乗ると大喜び(^o^)けん玉は全身運動で、膝をリズムにあわせて屈伸させるため５分も続けると、体はほかほかです！

「寒くなると身体を動かす機会も減るからみんなで集まってやろう！」と意見もまとまりました。

普段、何気なく行っているお茶飲みや活動等身近なつながりはこれからの地域づくりの基盤となり、支え合いが生まれます。素敵な活動ですね！

地域にある集まりや活動をお知らせ下さい。

☎３６－５０３３　羽根田まで

～骨太けんこう体操からのお知らせ～

◎体験教室の日程
☆開催日時
１２月１６日（月）、１月２０日（月）
２月１７日（月）
午後２時～午後３時３０分
☆会場　総合福祉センター（はまなす館）
☆準備物
動きやすい服装、水分補給の飲み物
汗拭きタオル
※予約不要

本格的に寒くなり、インフルエンザやノロウイルスも流行し始めます。
手洗いうがいを徹底するのはもちろんですが、**「免疫力」**を上げることが大切です。
年末年始は生活リズムが乱れがちになりますが、**「栄養豊富な食事」、「適度な運動」、「十分な休養」**を取って体調管理に気をつけて過ごしてください。

出前講座等のお問い合わせは…
☎３６－５０３３　寺島まで

相馬市生活復興支援室では

災害公営住宅内で下記活動を行っております。
①訪問による見守りや生活上の困りごと相談
②各種福祉サービス利用等のお手伝い
③お茶会のサポート
④行政へのつなぎや情報提供など

尾浜細田東集会所

尾浜細田東集会所を会場に行われている『もりもり骨太クラブ』です。いくつになっても元気で明るく過ごすため、週１回のペースで無理のない運動をしています。

会話も楽しみながら、健康維持に励まれているみなさんです。

●問い合わせ先　生活復興支援室　☎３６－７８３１

健康美活ワークショップ③

あなたのその「爪・つめ」気になりませんか？
爪は身体の状態を表しています。
ご自身の爪をチェックしながら、体調管理しませんか。
「爪」の謎を一緒に学びましょう。

開催日…令和２年１月１０日（金）
時　間…午後２時～（９０分～）
場　所…総合福祉センターはまなす館
（２階ボランティア室）
定　員…１０名程度
講　師…皮膚科学美容指導士
佐藤希美子・鈴木芳恵
受講料…無料

問い合わせ…☎080－8258－2401

地域福祉係　認知症地域支援推進員からのお知らせ！

認知症に早く気付くためのチェックリストや相談窓口等の情報を盛り込んだ**認知症安心ガイドブック「簡易版」**を作成しました。
総合福祉センターはまなす館、市役所、公民館、保健センター、病院、薬局、井戸端長屋などに配布しております。

認知症に関する情報交換や、相談・交流を目的に**「オレンジカフェはまなす館」**を毎月第２水曜日と第４火曜日に開催しています。
開催予定日 12/24（火）、1/8（水）1/28（火）2/12（水）
午後２時から３時半まで好評開催中。お気軽にご参加ください。

認知症施策の新大綱「予防と共生」が柱

出張カフェ

「住み慣れた地域で自分らしい暮らしを続けるために」と題し 健康座談会 を開催します。

●対象者　市内在住のどなたでも。
●参加費　無料。
●内　容　健康チェック（血管・肌年齢・骨量）
　座談会、情報交換・相談など。
●問い合わせ先　相馬市社会福祉協議会
福祉課　地域福祉係（☎３６－５０３３）

玉野公民館	12 月 16 日㈪ 10：00 ～ 11：30
山上公民館	12 月 18 日㈬ 13：30 ～ 15：00
東部公民館	12 月 20 日㈮ 13：30 ～ 15：00
飯豊公民館	12 月 26 日㈭ 10：00 ～ 11：30

“はまなすの湯”の年末年始休業のお知らせ

１２月２８日（土）から１月５日（日）まで、『はまなすの湯』をお休みします。
１月６日（月）は、午後１時からとなります。
ご迷惑をおかけいたします。

◎問い合わせ先…
施設管理係
TEL３６－１９０５

無料法律相談の案内

◇日　時　令和２年１月１０日（金）
◇時　間　１３時３０分～１６時
※予約は、１２月１８日（水）から受け付けます。
予約・問合せ先
TEL３６－５０３３

ランドセル（女の子用）を差し上げます

ご希望の方は住所、名前、連絡先を地域福祉係までご連絡下さい。
後日ご連絡いたします。

チョコ系
2個

ピンク系
4個

●問い合わせ先　　地域福祉係　☎３６－５０３３

ご家庭に眠っている食品募集！
「もったいない」から「ありがとう」

食品ご寄附の御礼

市民の方々からたくさんのご寄附や激励のお言葉を頂きました。心より感謝いたします。

◇匿名希望様　６名
〈ご寄附いただきました品物〉
お米９０ｋｇ（３０ｋｇ×３袋）
食品詰め合わせ　２セット
食品類　５６点

ご協力いただいた食品は、社会福祉協議会（生活サポート相談センター）が生活に困窮している方々へ相談援助とともに提供いたします。

○寄付いただきたい食品
- お米（白米・玄米・アルファ米）
- パスタ、素麺などの乾麺
- 缶詰 ・レトルト・インスタント食品
- 海苔、お茶漬け、ふりかけ
- 調味料（醤油、食用油等）など
- 日用品（洗剤、ティッシュ等）など

1ヶ月以上賞味期限が残っている常温保存可能なもの

×受付できない食品
- 開封されているもの
- 生鮮食品（生肉、魚介類、生野菜）
- 要冷蔵・要冷凍のもの

上記食品は、お持ちいただいても受取できません。ご理解・ご協力をお願いいたします。

受け取り・お問い合わせ
生活サポート相談センター　☎36-2015
※運搬できない場合はご連絡ください。受け取りに伺います。

顕彰

多年にわたる社会福祉活動により、次の方々が表彰を受けられました。
ここにお祝いを申し上げます。

◎自立更生者表彰
〔第67回福島県身体障がい者福祉大会〕
・白石良一　様（初野）

◎知事感謝状
〔第77回福島県社会福祉大会〕
・森節子　様（成田）
・荒井美紀子　様（中村）
・荒文子　様（日下石）
・大矢巌　様（中村）
・熊倉義男　様（磯部）
・今野裕子　様（中村）
・齋藤洋子　様（中村）
・佐藤トキ工　様（中村）
・佐藤弘子　様（新沼）
・田中幸子　様（黒木）
・眞鍋淑子　様（黒木）
・高野八重子　様（中村）

◎県社会福祉大会長表彰
・前山万里子　様（原釜）
・栃久保淑子　様（玉野）
・澁谷光昭　様（沖ノ内）

◎永年勤続民生委員・児童委員表彰
〔第88回全国民生委員児童委員大会〕
・荒井美紀子　様（中村）

まごころ　ありがとう　【R元.10.1～R元.11.30】

民間社会福祉活動の充実のために役立ててください。…と、次の方々から心温まる“まごころ”が寄せられました。
この寄付金は、本会が行う住民主体の福祉活動の貴重な財源として、有効に活用させていただきます。

▲福島ヤクルト販売㈱ヤクルト親交会様

▲富士ゼロックス福島㈱様

【社協活動資金に…】

- 匿名希望　様
- 豊田幸一　様
- 富士ゼロックス福島株式会社　端数倶楽部　様
- 五十嵐隆次　様
- 松村浩安　様
- 福島ヤクルト販売株式会社　ヤクルト親交会　様
- 社会福祉法人　菊池市社会福祉協議会　様

【福祉活動に…】

- しばた総合衣料店　様／靴下、雑巾
- 匿名希望　様／急須
- ＮＰＯ法人相双に新しい精神科医療保健福祉システムをつくる会　様／マスク他
- 菅原善治商店　様／バスタオル・日用品他６３９点

▲菅原善治商店様

受講者募集！ 点訳奉仕員養成講座（初級）

本会では、点字について理解を深め、点訳の技術を学び、視覚障がい者のために点字を打ち、地域生活を支援する人材を育成することを目的として点訳奉仕員養成講座を開催します。18 歳以上の市民の方ならどなたでも受講できます。みなさんの参加をお待ちしています。

●期　　間　　令和２年２月４日～３月２４日の毎週火曜日【全８回】
　　※２月１１日(火)は翌日１２日(水)に開講
●時　　間　　１９:００～２１:００
●場　　所　　市総合福祉センター（はまなす館）
●受 講 料　　テキスト代７７０円は自己負担となります。
●募集人数　　15 名（募集人数が少ない場合は中止になります。）
●募集締切　　令和２年１月２４日(金)　※定員になり次第締め切ります。
●申込方法　　電話またはＦＡＸにて（①氏名【ﾌﾘｶﾞﾅ】・②住所・③連絡先）地域福祉係へ。
●問 合 先　　地域福祉係　担当…野坂（☎ 36－5033、FAX36－3109）