

社協発

め る へ ん



発行 社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会 TEL72-5513 FAX72-2816  
大分県玖珠郡玖珠町大字岩室24番地の1 (くすまち総合福祉センター内)

## 簡単体操で、筋力アップ! 目指そう！元気な体

②つま先を上げて3秒  
(すねの筋力を鍛えます)



①椅子の前方に背筋を伸ばして座ります



④かかとを落とすトントン2回  
(骨を丈夫にする効果があります)



③かかとを上げて3秒  
(ふくらはぎの筋肉を鍛えます)



新型コロナウイルス感染防止対策で、外出も余りできずに自宅に長くいたため、運動不足や筋力低下を感じている方がいると思います。そな方に是非お勧めの簡単体操です。筋肉量の70%は下半身にあります。かかとの

骨に衝撃を与えることで、全身の骨密度が上がり、骨粗しょう症予防や血糖値を下げる効果もあると言われています。1日20回程度行ってみてください。骨ホルモンの活性化で体が元気になりますよ。（裏面を参考して下さい。）

# 老人クラブ通信



## 祝 米寿表彰



(昭和8年生まれ)

岩室老人クラブ  
帆足第二老人クラブ  
森角扇会  
四日市老人クラブ  
塚脇老友会  
小田第一老人クラブ  
小田第二老人クラブ  
万年元気長寿会  
田の口老人クラブ  
木杉河老人クラブ  
わいわい老人クラブ  
三和会  
鏡老人クラブ  
山下高寿会  
太田長寿会  
綾垣延寿会  
古後上り老人会  
古後中部老人会  
古後下り老人会

財津フジエ・帆高清子  
木原貞雄・後藤和道・小野蓮子  
西寺栄八・清水美利  
園田千里  
原 克己・小野菊男・山上誠治  
姫野フクエ  
穴井キクエ・伊藤加代子  
江藤文郁  
小野利雄  
佐藤春吉・神連フジエ  
高倉ツネオ・加藤キミエ・高倉静子  
石井久美子  
矢野カネ  
日隈和己・後藤美登里  
秋好喜八郎・平井 誠・中村宣子  
宿利義則・宿利フジ子  
宿利スミ子  
井上ミヤ子・長尾勝正  
田中正美・井上 久 (昭和7年生まれ)  
長尾千恵子・斎藤公夫

(敬称略)

今年はコロナ禍で総会を中止しました。第1回理事会で令和元年度事業報告並びに決算報告・令和2年度事業計画並びに収支予算が承認されたことをお知らせします。毎年総会で米寿の表彰式を行つてきましたが、今年は表彰式と写真撮影が出来ませんでしたので、お名前のみご紹介します。

おめでとうございます。  
これからも益々お元気でご活躍ください。



最後に、めじろん体操と折り紙を行いました。  
感染防止に気を付けながら、今年も元気に頑張りましょう！

新型コロナウイルス感染防止のため、6月8・9日の2日間に渡り、ふれあい・いきいきサロン説明会を4地区で開催し、59名の方に参加していただきました。



5分間で出来る簡単な体操の紹介の後、目的や目指すもの、効果などの説明が行われ、報告書の書き方や助成金の使い方、新しい用具の紹介などがありました。



※助成金については随時受付していますので、サロンの立ち上げをお考えの自治区、団体代表の方は是非一度お問合せ下さい。



担当 田中・衛藤

連絡先 玖珠町社会福祉協議会 072-555-13

# 介護保険のお話

20



今回は地域密着型サービスについてです。このサービスは、今後ますます増加が予想される認知症高齢者や要介護高齢者が、介護度が重くなつても、できる限り住み慣れた地域で生活ができるよう、地域の特性を活かし、地域の事情に即したサービスが、市区町村の指定・監督により提供されます。

次のような施設があります。

- ①小規模多機能型居宅介護
- ②地域密着型特定施設入居者生活介護（要介護者のみ）
- ③地域密着型介護老人保健施設入所者生活介護（要介護者のみ）
- ④認知症対応型通所介護
- ⑤認知症対応型共同生活介護（グループホーム）

施設の内容については、次回以降ご説明して行きます。



## “じゅーいち”元気アップ広場

### 今回のキラッとさん☆

今回紹介するのは「畠公民館」を拠点としている「じゅーいち戸畠老人会」の皆さんです。毎週木曜日の9時から、ラジオ体操とオリジナルの運動を行っています。コロナウィルスにより自粛していた活動も、漸く感染対策をしながら再開する事ができました。

活動テーマは『絆を深め健康維持のために楽しく!!』以前よりも健康や運動について意識するようになつたそつで「皆と話す事でしゃべりは衰えない、ストレス発散や脳の活性化になるのを楽しみに参加をしています。」めじろん体操の要素を取り入れ構成されたオリジナル運動メニューを皆さん笑顔で頑張っていました。

玖珠町では週に1回集まって体操を行う事を推奨しています。事前説明会も随時行つてありますので、あ気軽にお問い合わせ下さい。自分の健康と地域の元気を目指して“じゅーいち”を始めてみませんか？



今回のキラッとさんは森地区の衛藤瑞代さんです。高齢者の偏りがちな食生活の手助けになるよう、また声かけと安否確認で「支えあうまちづくり」の一助となるよう昭和63年9月にスタートした給食サービス事業で、立ち上げから20年以上班長などの中心的な役割を担っています。また、平成10年から始まつた町内一斉クリーンアップ運動（現在終了）では、旧森自治会館周辺のゴミ拾いや草取りなどの清掃活動に積極的に参加し環境整備にもご協力して頂きました。

「彩りやバランスを考えて出来上がつた弁当を美味しかったと言われると嬉しいです。班の皆さんも高齢化していますが、終わつた後にワイワイとお茶を飲みながらのあしゃべりが楽しいです。自転車で自治会館に行ける間はボランティアを続けようと思います。」と笑顔で話してくれました。これからも益々の活躍をお祈りいたします。



じゅーいちについてのお問い合わせ

玖珠町社会福祉協議会  
玖珠町地域支援包括センター 072-7154

# 令和元年度 玖珠町社会福祉協議会事業報告書

## ①地域福祉推進事業

- 1) 生活支援体制整備事業…通いの場、週1体操教室の立ち上げ、支え合い会議・講演会の開催
- 2) ふれあいサロン事業…81サロン（自主財源サロン含む）
- 3) 第5次地域福祉活動計画策定…策定委員会・作業委員会・策定会議
- 4) 給食サービス事業…年間延べ利用者1,901人
- 5) 小地域ボランティア養成講座事業…初級延べ58人、中級延べ69人
- 6) 支え合いマップ作成…新規25自治区
- 7) いきいき元気教室・男性ふれあい広場…延べ1,189人参加

## ②福祉サービス利用支援事業

- 1) 日常生活自立支援事業…211回支援
- 2) 生活困窮者自立支援…新規相談35件
- 3) 地域包括支援センター…ケアプラン作成・評価919件、相談…176件
- 4) 認知症地域支援推進員事業…オレンジカフェ延べ328人、声掛け模擬訓練201人参加

## ③介護保険・障がい者自立支援事業の実施

- 1) 訪問介護事業…延べ3,492人利用
- 2) 通所介護事業…延べ5,738人利用
- 3) 居宅介護事業…延べ432人
- 4) 障がい福祉サービス事業…延べ1,684人

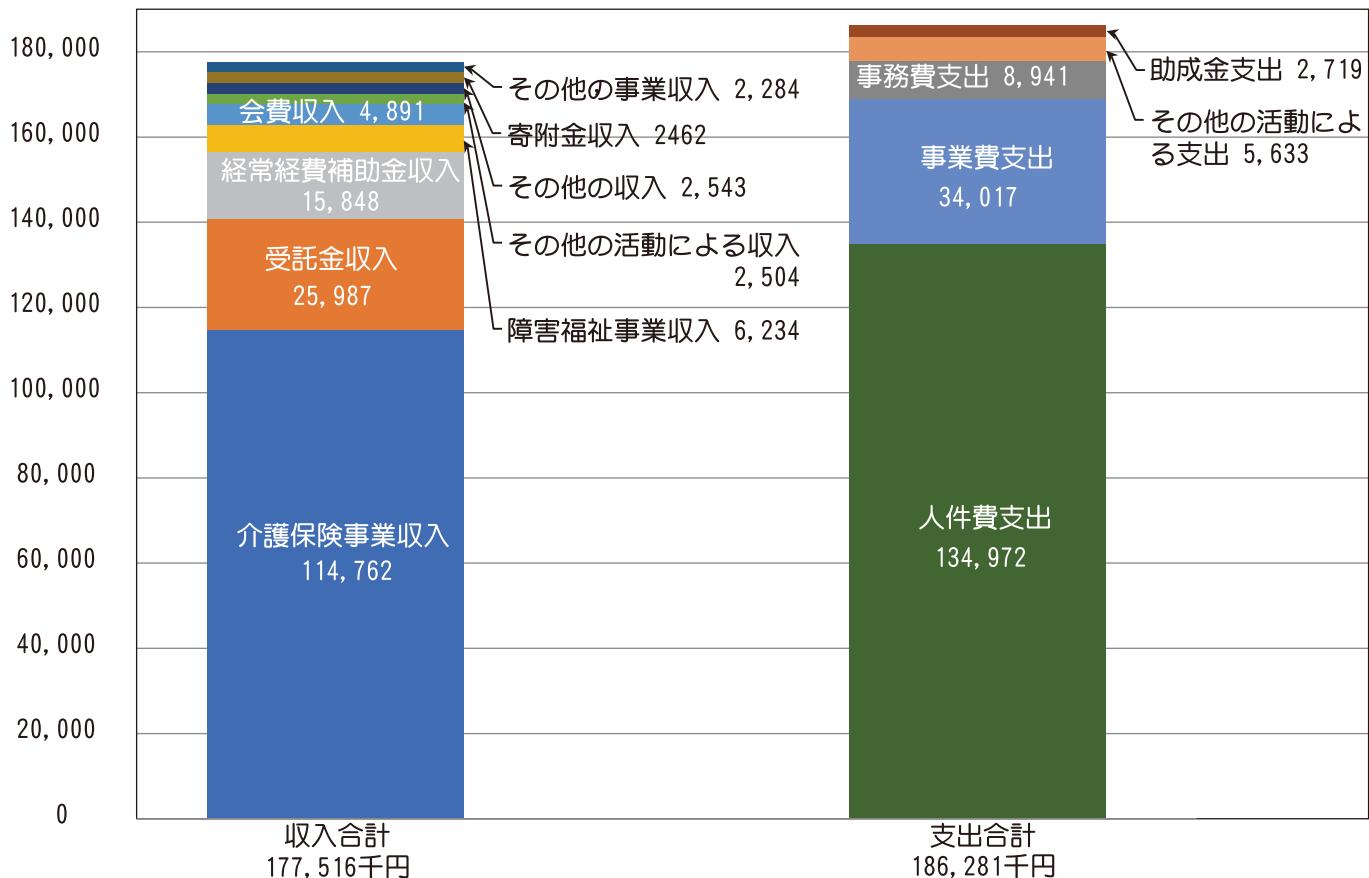
## ④啓発・広報活動

- 1) 情報誌「めるへん」隔月発行
- 2) ホームページ更新
- 3) 福祉教育…美山高校・北山田小学校
- 4) 健康福祉推進事業の共催

## ⑤その他の事業

- 1) 無料法律相談…37件、障害年金相談…2件
- 2) 老人福祉センター運営事業…延べ16,020人利用
- 3) 生活福祉資金貸付事業…新規貸付2件・法外更生資金貸付事業…新規7件
- 4) 福祉機器貸出事業…延べ73回・レクリエーション道具貸し出し…95回
- 5) ファミリーサポートセンター事業…延べ175件

## 令和元年度 玖珠町社会福祉協議会決算状況



# 令和2年度 玖珠町社会福祉協議会基本方針

## 《スローガン》

「みんなで支えあい、安心・安全の暮らしをつくる」

## 《基本方針》

小地域における住民主体の福祉活動を一層強化するとともに、地域社会の担い手の養成を通じて支える側を増やし、地域社会での生活支援システムの構築を推進していきます。

また、公益的な活動について関係機関との連携協働を柱として実施方法を検討していきます。

介護保険事業においては、質の高いサービスの提供と経営の安定化のため、持続的に発展していくよう事業運営を図っていきます。

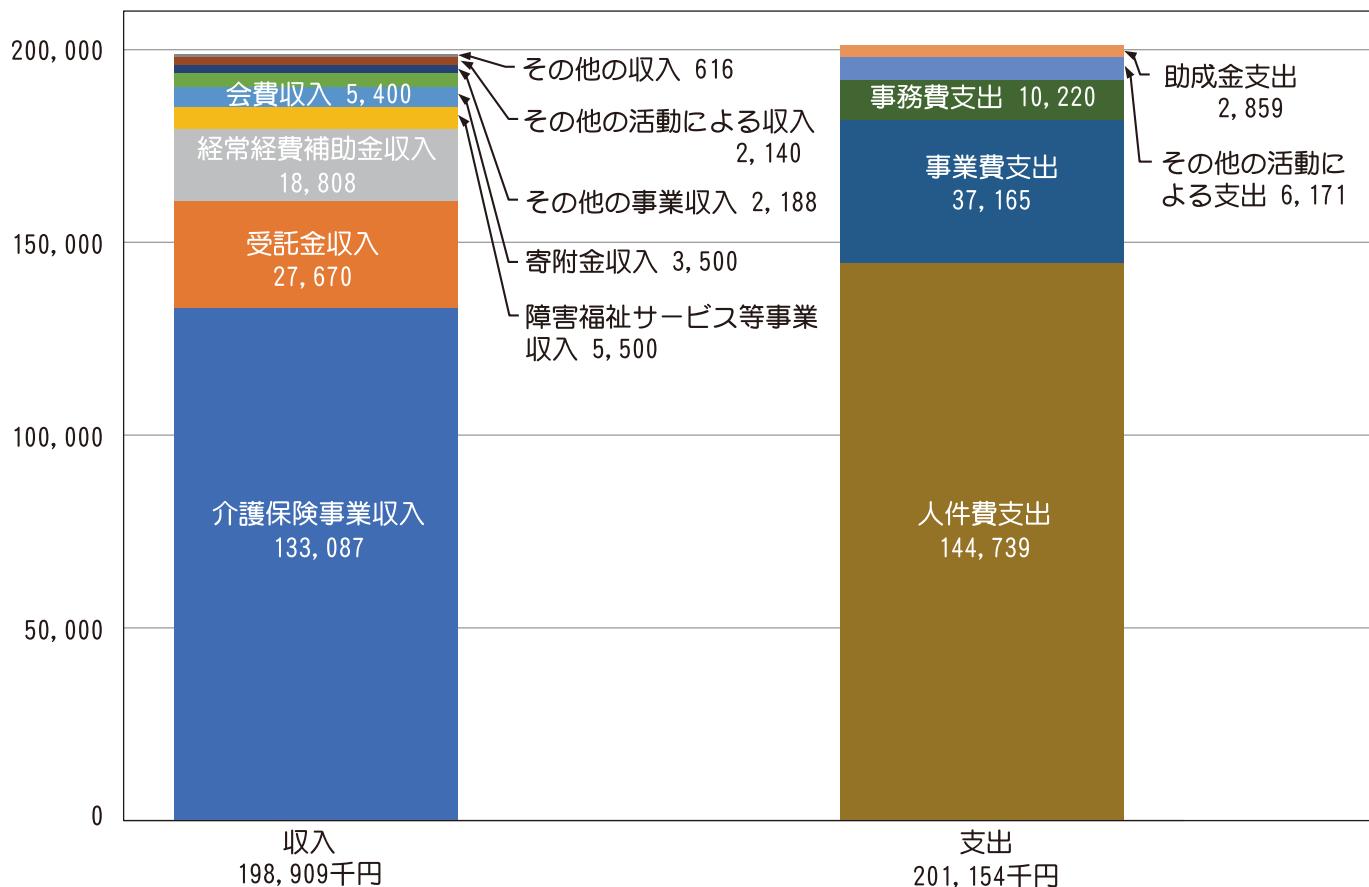
第5次地域福祉活動計画に掲げる事業の着実な推進に努め、住民から理解と信頼が得られるよう、地域の中核的組織にふさわしい社協体制の充実に取り組んでまいります。

## 《事業方針》

- ① 地域のつながりをつくる
- ② 地域で支えあう体制をつくる
- ③ 地域課題を解決できる体制をつくる
- ④ 安心・安全をつくる
- ⑤ 介護保険事業の経営安定化
- ⑥ 法人運営の基盤整備と強化



## 令和2年度 玖珠町社会福祉協議会当初予算




**愛の贈物**

(令和2年4月23日  
～令和2年6月22日)

香典返し

戸 畑 秋好 様	鳥 屋 森本 隆則 様	小 清原 干城 様	上 谷 小関 丸美 様	楠 中 田中 正和 様	寺山小路 井上 哲生 様	四日市 長尾 孝宏 様	長野市 安部喜久郎 様	元組下 飯田 親司 様	小原 後藤 和義 様	治別当 安部シヅヨ 様	逢坂 宿利 恭史 様	大分市 荒木 紀貴 様	匿名 1件
----------	-------------	-----------	-------------	-------------	--------------	-------------	-------------	-------------	------------	-------------	------------	-------------	-------

1件  
寄付金  
八幡ノルディック  
ウォーキング教室  
米山藤本昭様

物品寄付

長小野 日隈 寛幸 様  
玖珠ライオンズクラブ  
志津里 高田美喜子 様  
町内伊達隼人 様  
友成病院透析室患者一同様  
草の入江當農組合 様  
匿名 1件

ご本人ご家族の了承を得て掲載しています

## ありがとうございました

玖珠ライオンズクラブ様（原田勝会長）より「感染予防に役立ててほしい」と使い捨てマスク2400枚を寄贈していただきました。私は民生委員を通して、75歳以上の人暮らし高齢者等にお届けしました。



草の入江當農組合様（代表石井寿満氏）から、新玉ねぎをコンテナ9ケース分けいただきました。いたいたたくさんの玉ねぎは、町内の児童養護施設や高齢者施設にお配りし、おいしく食べていただき、皆さまに大変喜ばれました。



地球温暖化の影響か、子供の頃に比べ真夏日（30℃以上）が多くなったよう気がする。6月に入つて玖珠町では、22日までに30℃以上が7日間もあり、日田市では6月10日に35℃以上の猛暑日を記録した。また、昨年は新たな病害虫のツマジロクサヨトウが国内で初めて確認され、今年は新型コロナウイルス感染症が世界各地に蔓延し、人々の生活に大きな脅威と経済的な打撃を与えている。地球温暖化だけの影響とは思えないが、今後の地球環境がどうなっていくのか気にかかる。

さてさて、私の庭には2本の八朔が植わっている。1本は大分市の家に植えてあつたもので、9年前に持ち帰り育ててきた。しかし、冬季の凍害（マイナス5℃以下）で落葉し、夏場には新芽が伸びるもののは花を咲かせるほど樹勢がなく結実しなくなつた。そこで、もう1本新しく八朔の苗木を購入し、ビニールハウスの中で育てて来た。冬場には苗木に園芸用の防寒資材を巻き付け、気温がマイナス5℃以下に下がりそうな夜は、練炭コンロに火をつけてハウス内に置いた。翌朝ハウス内の気温が気になりハウスに直行し温度計を見る、そんな日々を2年間送つた。あきれ顔の妻を横目にしながら、自分でも「暖房するぐらいなら、八朔を買って来れば済むものの：」と妻に対する意地の挑戦でもあつた。練炭コンロの効果がどれほどあつたか分からぬが、ようやく5年目に私の背丈ぐらいに成長し、少しばかりの実を付け始めた。8年たつた今では、幹回り10cm（根元）、樹高2メートル程に育ち、今年も5月末から6月初めに白い花が咲き、今では1cmほどの小さな実を付けた。12月末には黄金色に輝く八朔の収穫を楽しみにしている。

地球温暖化で、冬の気温が少しでも上昇すれば、玖珠の地でも八朔が育て易くなるかもしれないが、病害虫の発生が心配される。

# 一期一会

## 『2本の八朔』

社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会  
会長 小田原 利美

# 8月・9月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
7 /26	27 ■老人福祉センター休館日	28 ■防寒年金無料相談会(要予約) ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線) ■男性ふれあい広場(老人福祉センター)	29 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	30 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	31 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	8 /1 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
2	3 ■老人福祉センター休館日	4 ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線)	5 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター) ■給食サービス	6 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	7 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	8 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
9	10 (山の日)	11 ■老人福祉センター休館日 ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線)	12 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線)	13 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	14 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線)	15 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
16	17 ■老人福祉センター休館日	18 ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線)	19 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室 ■法律相談会(要予約)(ともに老人福祉センター)	20 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	21 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	22 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
23	24 ■老人福祉センター休館日	25 ■給食サービス ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線) ■男性ふれあい広場(老人福祉センター)	26 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	27 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	28 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	29 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
30	31 ■老人福祉センター休館日	9 /1 ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線)	2 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	3 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	4 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	5 ■おもちゃ図書館(福祉センター) ■給食サービス
6	7 ■老人福祉センター休館日	8 ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線)	9 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	10 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	11 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	12 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
13	14 ■老人福祉センター休館日	15 ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線) ■給食サービス	16 敬老週間 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	17 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	18 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■いきいき元気教室(老人福祉センター)	19 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
20	21 (敬老の日) 岩室温泉 かたらいの湯 16日～22日まで 町内の方で70歳以上 無料	22 (秋分の日) ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線)	23 ■老人福祉センター休館日 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線)	24 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	25 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線) ■給食サービス	26 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
27	28 ■老人福祉センター休館日	29 ■防寒年金無料相談会(要予約) ■ふれあい福祉バス(大野原線・伐株線・山浦線) ■男性ふれあい広場(老人福祉センター)	30 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線)	10 /1 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	2 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線)	3 ■おもちゃ図書館(福祉センター)

評議員 理 副会長 玲珠町  
新 旧 新 旧 新 旧 新 旧  
秋 森 梅 衛 藤 穴 金 藤  
好 山 木 博 和 研 房 勝 典  
憲 博 壽 子 研 一 房 代 勝 典  
生 氏 氏 氏 氏 氏 氏 氏

社会福祉協議会  
役員変更のお知らせ

昨年度法人会員加入にご協力いただき  
誠にありがとうございました。

(株)菅田新光堂様 (株)クス精密様  
(医)善心会様 (株)ヤマダ様 (福)玲珠会様  
(株)久大電設様 楠繫株式会社様

募集期間  
7月15日～9月30日  
今年も社会協会費の募集  
が始まりました。皆様の  
ご理解ご協力をお願  
いいたします。

# 防災無線で流れる曲に合わせて、 歌いながら体操しましょ！

## ホールワイス

(午前7時)

## 恋人は水色

(正午)

## 夕焼け小焼け

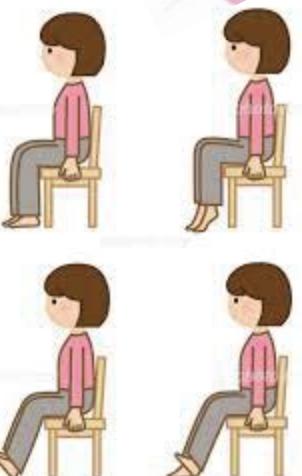
(午後6時)

## 編集後記



エーテルワイス  
エーテルワイス  
かわいい花よ  
白い花に  
ぬれてや／花  
たか／青／光の  
あのね／  
エーテルワイス  
エーテルワイス  
明る／＼おえ

エーテルワイス  
ほほえ／＼花よ  
悲しき心  
なぐわ／＼花  
は／＼か／＼アルプスのみね  
雪の／＼に  
エーテルワイス  
エーテルワイス  
か／＼か／＼ね／＼



お皿／＼あ  
小鳥／＼が／＼あ  
見／＼い／＼は  
は／＼は／＼キ／＼キ／＼  
金の皿

青／＼お／＼か／＼ね／＼田／＼わ／＼あ／＼ひ／＼か／＼  
白／＼波／＼が／＼青／＼海／＼ひ／＼か／＼  
青／＼お／＼せ／＼私の恋／＼の／＼田  
青／＼海／＼お／＼な／＼た／＼の／＼戀／＼の／＼田  
恋／＼水／＼田／＼は／＼海／＼の／＼田  
みな帰／＼  
か／＼か／＼一／＼緒／＼  
帰／＼つ／＼し／＼もの  
夕／＼や／＼が／＼歸／＼つ／＼た  
後／＼か／＼は  
お／＼ね／＼大／＼お／＼な  
お／＼皿／＼わ  
見／＼い／＼は  
は／＼は／＼キ／＼キ／＼  
金の皿

か／＼か／＼花／＼田／＼わ／＼あ／＼ひ／＼か／＼  
白／＼波／＼が／＼青／＼海／＼ひ／＼か／＼  
青／＼お／＼せ／＼私の恋／＼の／＼田  
か／＼ね／＼が／＼鳴／＼

青／＼お／＼か／＼ね／＼田／＼わ／＼あ／＼ひ／＼か／＼  
白／＼波／＼が／＼青／＼海／＼ひ／＼か／＼  
青／＼海／＼お／＼な／＼た／＼の／＼戀／＼の／＼田  
恋／＼水／＼田／＼は／＼海／＼の／＼田  
みな帰／＼  
か／＼か／＼一／＼緒／＼  
帰／＼つ／＼し／＼もの  
夕／＼や／＼が／＼歸／＼つ／＼た  
後／＼か／＼は  
お／＼ね／＼大／＼お／＼な  
お／＼皿／＼わ  
見／＼い／＼は  
は／＼は／＼キ／＼キ／＼  
金の皿

夕／＼焼／＼け／＼小／＼焼／＼け／＼  
日／＼が／＼暮／＼れ／＼て  
日／＼の／＼お／＼寺／＼の  
か／＼ね／＼が／＼鳴／＼  
ね／＼手／＼々／＼つ／＼な／＼い／＼で  
みな帰／＼  
か／＼か／＼一／＼緒／＼  
帰／＼つ／＼し／＼もの  
夕／＼や／＼が／＼歸／＼つ／＼た  
後／＼か／＼は  
お／＼ね／＼大／＼お／＼な  
お／＼皿／＼わ  
見／＼い／＼は  
は／＼は／＼キ／＼キ／＼  
金の皿

先日、予定より2ヵ用早めて検診に行って来ました。コロナウイルスの影響で診察者が減少しているとの情報を耳にし、待ち時間が少ないだのとを考えたのです。

検診センターでは、玄関に職員が一人配置されており、手指消毒の徹底・受付や待合椅子はもちろん一定の距離を保ち、検査室は、一人ひとり終るたびに器具や診台を消毒する音が聞こえてきました。食事会場でも、テーブルに衝立を設置していました。町の検診もコロナ対策に取組んでいましたので、安心して、検診に行ってください。

実はこの日の為に1か月前から涙ぐもしい努力があつたのです。歳を重ねると気にな／＼腹痛、飲食に気をつけ、運動を普段より増やしました。コロナウイルスの影響は色々なところに出で不便ですが、新しい生活様式に早く慣れて楽しく過ごしていただきま（正）す。



歌いながら体操をお／＼脳の活性化と肺活量が鍛われ、  
健康に眼／＼筋体／＼つ／＼は／＼か／＼た／＼お／＼。  
(正)