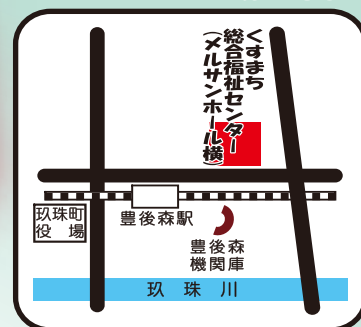


めるへん

社協発



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）

受賞おめでとうございます

第15回 大分県地域福祉推進大会



10月16日、別府ビーコンプラザで第15回大分県地域福祉推進大会が新型コロナウイルス感染症防止のため、2千人から5百人規模に縮小して開催され、その中で福祉の発展に尽力された個人・団体の皆さまが表彰されました。今回は受賞者・随行者のみの参加となり、表彰式・大会宣言・記念撮影で閉会となりました。

【大分県知事感謝状】

（民生委員・児童委員賞）

・後藤 政美

【大分県知事賞】

（高齢者介護賞）

・東 サチ子

（優秀老人クラブ賞）

・田の口老人クラブ

（老人クラブ指導者功労賞）

・松本 邦彦

【大分県社会福祉協議会会長表彰】

（社会福祉施設職員）

・小幡 優子

（社会福祉協議会職員）

・田坂 仁美・谷瀬 庸夫

・衛藤 京子・帆高 眞智子

【大分県社会福祉協議会会長感謝状】

（社会福祉協議会職員）

・武石 良太・藤原 保美

（ボランティア功労者・功労団体）

・ひめゆり会

【大分県老人クラブ連合会長表彰】

（老人クラブ功労者）

・小野 蓮子

（優良老人クラブ）

・戸畑老人クラブ

（敬称略）

車いす体験教室 ～福祉教育出前講座～

7月17日、北山田小学校3年生21名が小学校体育館で福祉授業の一環として、高齢者の視覚・聴覚・動きの疑似体験と車いすの移動介助を体験しました。

この授業は、高齢者福祉施設を訪問する前に、高齢者の心身が少しでも理解できるようにと、毎年社協職員が、体験キットを使って行っています。

終了後、「体に重りをつけて腰を曲げ、杖について歩くことや、軍手をはめて財布からお金を取り出すことがとても大変でした。これからはおじいさんやおばあさんに優しい声掛けをします」等、感想が発表されました。



10月28日、美山高校2年生14名が福祉授業で、車いす移動介助を体験しました。

車いすの使い方と、各部位の名称を確認後、段差・スラローム・4人で持ち上げて移動・スロープの移動等を行いました。大切なのは、車いすの利用者の気持ちに寄り添って、恐怖心を与えないように、やさしい声掛けとスムーズな移動に心掛けることを伝え、その後グループに分かれて、交互に介助の仕方を勉強しました。



今回のキラッちゃん☆



今回のキラッちゃんさんは、北山田地区の秋吉信隆さん（84歳）です。町主催の歴史学級の講師を務めるなど歴史文化に造詣が

深く、また20年以上前から、郡内にある文化財の保全パトロールを続けられており、その活動が評価され、昨年度県文化財保護指導員として文部科学大臣表彰を受賞されました。

平成27年度にはシニアパワー活動支援事業を活用して、「内河野いきいき農演クラブ」を立ち上げ、休耕田にジャガイモやさつま芋を植えて、地域の方々と収穫祭を楽しむそうです。

老人クラブやサロン、週1体操のお世話をし、月1回内河野老人クラブいきいきサロン通信を発行しており、その発行数は70号を超えて、会員の皆さんも楽しみにされているそうです。玖珠ライオンズクラブでは会員の皆さんと一緒に奉仕活動に取り組まれています。

川柳を新聞に投稿することが楽しみということで、今回、自慢の一句をいただきました。

『コロナ禍で 大事な行事 丸潰れ』

これからも益々のご活躍をお祈り申し上げます。

まもなく完成！地域福祉活動計画

10月21日第5次地域福祉活動計画第2
回策定委員会を開催しました。

地域福祉活動計画は、地域住民や地域で活動するボランティア団体、福祉関係機関の方々が、自分たちの暮らす地域の福祉をより良くしていくことを目指して、一緒に計画を作り上げ、一緒に行動するものです。

今回の地域福祉活動計画は、「自分たちのまち（地域）の課題を解決していく互助共助の力を最大限に活かした地域づくりを推進することとし、町の地域福祉計画の基本理念や目標をベースにその活動を集約しました。また、4地区ごとに地域課題の解決に向けた小地域活動計画

を策定しました。

策定委員の皆様からは、「人口減少や高齢化で様々な地域の課題が生まれている。住民や地域、行政、福祉関係機関・団体、学校も含め様々な関係者が、様々な場面で連携・協働していける体制を作りながら福祉のまちづくりを進めていくことが重要」など多くのご意見をいただきました。こうしたご意見を参考にしながら計画の完成を目指します。

長期間にわたり、計画策定に向けて協議いただいた4地区の皆様、作業委員・策定委員の皆様大変ありがとうございました。



今年も懇談会が開催されました

自治委員と民生児童委員の懇談会が、8月27日から9月24日までに、10の地区に分かれて開催されました。

社協職員から「みんなで支え合い、安心・安全の暮らしをつくる」をテーマに自治委員・民生児童委員の役割や地域とのつながりの必要性について説明を行いました。その後、自治委員と民生児童委員が地区別に分かれて、連絡先の交換、地域のつながりや災害時の避難行動に役立てるために、支え合いマップ作りの日程調整、地域の困り事等について、話し合いが行われました。各地区、大変有意義な時間となりました。



ひきこもりのお悩みを抱えている方へ

ご本人へ

ひきこもりは誰にでも起こりうることで、特別なことではありません。あなたのお悩みをじっくりお聴きします。ひとりで悩まずちょっとだけ、踏み出してみませんか？

ご家族へ

誰かに話をすることで気持ちが楽になり、これまでとは少し違ったアイデアや糸口が見えてきたりするものです。まずは、話してみませんか？

相談専用窓口 ☎ 72-5001

E-mail: seikatsukonkyu@kusushakyo.or.jp

玖珠町社会福祉協議会

月～金 9:00～17:00

●相談無料

●秘密厳守



週一体操教室で活躍しています

令和2年度介護予防サポータースキルアップ講座が今年はコロナウイルス感染防止対策の為に6か月遅れで、地区別に10月2日から10月13日まで、4日間に渡り開催されました。

昨年のサポーター養成講座修了者と、週一体操教室代表、51名の方が受講しました。講師の玖珠郡リハビリ部会リハビリテーションセラピスト4名の方より『運動はいくつになっても効果あり』の講義と、体力測定の方法や声掛けのポイントと注意点を学びました。実際に地域で活躍されている皆さんですが、講座終了後、「昨年受講した内容が復習でき、更に詳しく学べたので、理解ができた、地域で伝えられる」との感想も聞かれました。

週一体操教室で行う6か月に一度の体力測定で、社協職員と一緒に活躍していただきます。



長年の活動に感謝状

長年に亘り玖珠町身体障害者協議会の役員として、会の発展に尽力された功績を称え、元会長平井誠さんに感謝状が贈呈されました。

高田弘義会長から「今日に至るまで皆を導き会の礎を作り上げていただき、ありがとうございます。」と感謝の言葉が添えられました。

平井さんは10年以上、大分県身体障害者福祉協会の理事として、また障がい者手帳の交付手続きや就労など身体障害者相談員としても活躍されました。

大分県障がい者スポーツ大会では、フライングディスクの個人競技で毎年入賞し、獲得したメダル数は10個以上で何度も表彰台に立たれています。

今後も障がい者福祉向上にご活躍をお願いいたします。



介護保険のお話 22



今回は地域密着型サービスの中の地域密着型特定施設入居者生活介護についてです。

定員29人以下の介護付き有料老人ホームや、サービス付き高齢者向け住宅、ケアハウスなど、**都道府県の指定を受けた施設に入所している人が、入浴・排せつ・食事等の介護、その他必要な日常生活上の支援やリハビリテーションなどを受けられます。**



”じゅーいち”元氣アップ広場

今回ご紹介する”じゅーいち”は山下老人クラブ「憩いの家」を拠点としている「山下高寿会」の皆さんです。昨年度は県の地域福祉推進大会で「優良老人クラブ」として県老連会長表彰を受賞されました。

活動テーマは《会員相互の親睦と健康増進に努めるとともに、社会奉仕活動に積極的に取り組み、老後の健康増進を図る》とし、年間を通して様々な活動を行っています。毎週水曜日の13時30分から、めじろん体操や認知症予防の体操とあわせてゲームや茶話会を行ったり、その他にも健康教室や小学生との交流、学校の清掃作業など地域貢献にも力を入れています。

山下地区に在住する65歳以上の方で入会希望があれば参加ができます。現在の会員数は22名ですが、会員の増加にも取り組んでいます。興味のある方は一緒に健康づくりに取り組んでみませんか？

このように、玖珠町では地域ごとに週に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っておりますので、お気軽にお問い合わせ下さい。皆さんの健康と地域の健康を目指して”じゅーいち”を始めてみませんか？

”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 072-5513
玖珠町地域支援包括センター 072-7154



くまの森サロンの通信

今回ご紹介するサロンは、今年の7月にスタートした、森地区宇戸の七福サロンです。戸数9件の自治会で、6名の方が参加しています。これまでは、農業の傍ら地区の農産加工場で、味噌づくりなどを集まっていたりしました。皆さん歳を重ねて、足腰の痛みを感じるようになった時に、玖珠町が進めている、週一体操教室のことを知ったそうです。

社協職員がサロンについての説明や、週一回は集まって運動をすることの大切さを伝えました。

加工場の横に集会場があることも利点で、早速味噌づくりの後、体操教室とサロン活動が始まりました。参加者からは「家では体操をしないから、集まって出来るので、良かったです。体操後のおしゃべりやお茶飲みも楽しみです。」との感想も聞かれました。

3か月間音楽だけで、体操を続けてきたそうですが、知り合いからテレビを頂き、「これから映像を見ながら出来るので、しっかりとでき、嬉しいです。」と、言われていました。少人数ですがこれからも、楽しんで活動してください。



ファミサポ交流会&クリスマス会

期 日：12月19日（土）午前9:30～11:30

場 所：メルサンホール 1階 健康増進室

内 容：たのしくつくろう クリスマスカざり

参加費：無 料

お友達を誘って遊びに来てください。

☆会員登録をされていない方でも参加できます。

（当日、会員登録をお願い致します。）

※要 予 約 ！

参加希望の方は事務局へ連絡下さい。

玖珠町ファミリーサポートセンター

事務局：玖珠町社会福祉協議会

TEL：72-5513 担当：徳丸・藤原



歳末たすけあい募金

**12月1日から
12月31日まで**

12月1日より歳末たすけあい運動が始まります。

歳末たすけあい募金は、毎年12月に「共同募金運動」の一環として、新たな年を迎える時期に支援を必要としている人が、安心して暮らせることができるよう実施している募金です。

毎年行ってきました、歳末たすけあい街頭募金活動に、皆さまよりご協力をいただいておりますが、新型コロナウイルス感染防止のため、今年は活動を取り止めることにいたしました。

そこで歳末たすけあい募金として500円以上募金していただいた方に「鬼滅の刃」のクリアファイルを先着240名様へ差し上げます。

詳しくは玖珠町共同募金委員会事務局 電話72-5513へお問合せ下さい。

皆さまからのあたたかいご支援ご協力お願いいたします

栄養のお話 ③

これから寒くなる季節…心も体も温まる鮭の粕汁をご紹介します。

鮭の粕汁の材料（3～4人分）

- | | | | |
|-------------------|-------------|---------|------------|
| ・酒粕 100g | A：水 600ml | | |
| ・塩鮭（甘口） 1切（約100g） | A：昆布 5cm角1枚 | | |
| ・大根やカブ 150g | A：干しシイタケ 2枚 | | |
| ・人参 1/4本 | ・ゴボウ 1/4本 | ・油揚げ 1枚 | ・青ネギ 少々 |
| | | | ・味噌 大さじ2～3 |

作り方

1. 干しシイタケを戻した汁と合わせたAの水600mlを鍋に準備します。
 2. 酒粕は1.の鍋から100mlのだしをとり、ほぐしておきます。
 3. 鮭は3～4等分、大根・人参はいちよう切り、ゴボウは乱切り、油揚げは短冊切りにします。
 4. 1.の鍋を火にかけ、沸騰したら材料の野菜を入れ、火が通ったら鮭と油揚げを加え、酒粕と味噌をこし器を使ってとき入れます。この時、鮭に塩気があるので味見をしながら、味噌を加えて下さい。
- ※かくし味に牛乳を少量加えるとまろやかな味になります。 お試しあれ！！



愛の贈物

(令和2年8月22日
〜令和2年10月23日)

香典返し

鳴川	江藤ナツ子	様
本村住宅	星野 繁彦	様
片平田	浅野十三雄	様
通 町	半田 智哉	様
杉 塚	藤野 安彦	様
旭 谷	小野 弥恵	様
円 徳	野 高倉 進	様
塚脇中町	湯浅 祥司	様
四 日 市	時松 幹郎	様
鉄砲町	岩本 瑞穂	様
大 池	高田 和子	様
日 出 町	麻生 学	様

寄付金

匿名	1件
----	----

物品寄付

草の入江宮農組合	様
伊 達 隼 人	様

“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す ございます

町内の伊達隼人さん
(匿名希望) からワラ
ビや小麦粉(地粉)も
ち米や銀杏など季節ご
とに色々なものをいた
だきます。ありがたく
使わせていただいてお
ります。

ありがとうございます ございました

社協会員加入・会費
納入にご理解ご協力を
いただき誠にありがと
うございました。また、
自治委員の皆さまには
大変お骨折りいただき
お礼申し上げます。皆
さまからのあたたかい
お気持ちは地域の方々
と共に福祉活動を進め
ていくため
有効活用さ
せていただ
きます。



一期一会

「元気の秘訣は、皆でおしゃべり？」

社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会

会長 小田原 利 美

毎月、第一と第三の日曜日に公民館に集まり、おしゃべりしながら一日を過ごしている5人の高齢女性がいます。彼女たちの平均年齢は89・4才(94歳〜86歳)で、「はつらつとして、とても元気」。普段は、自宅の畑で野菜作りに汗を流し、畑で草取りする姿や管理機で畑を耕す姿をしばしば目にする。なんと元気な事か。周りの人の手を借りず、自分たちで楽しみながら寄り合っている彼女たちの姿に興味を持ち、昨年12月に差し入れを持って邪魔した。

公民館には、各自が持ち寄った野菜の煮つけ、酢の物、自家製の漬物、そしておはぎ等の甘いものが並んでいた。「待つちよったよ。さあ食べない」。挨拶する間もなく、お茶と食事を勧められ、子どもの頃公民館で行われていた「お接待」を思い出す。手作り料理は、薄味で、素材の味が引き立ちとても美味しく、減塩に気を付けていると感じた。

そう言えば以前、保健委員さんの勧めで、自治会の健康教室を開催した時も、彼女達は参加していた。持参した味噌汁の塩分濃度チェックでは、標準より薄味。体脂肪等も測定してもらったが、彼女たちの「体内年齢」が意外と若かったことを記憶している。

この会は40年程前に、農家の主婦(13人)が、頼母子として発足したらしい。以前は、当番2名が弁当等を調達していたが、最近では、各自の手料理を持ち寄り、朝8時30分から午後4時まで、農作業のこと、料理のこと、健康のこと等を話題に「おしゃべり」。お酒の好きな方は、ちびちびやりながら、家事や農作業から解放されて、仲間と楽しい一時を過ごしている。

彼女たちは、集いの日が近づくと、いそいそと持参する物の準備をして、当日は朝から「ウキウキ」。「とても明るく、生き生きしている」この源は何だろう？

お茶を頂きながらおしゃべりをする中で、日田公証役場で遺言書を作成したとの話もあり、前日のテレビ番組「人生会議」の内容を少しばかり話し、公民館を後にした。さて、今年はどんな話が聞けるだろう。

○人生会議…いざと言う時に、家族や医療・介護関係者等と「自分はこうしてほしい」のかを、元気なうちに話し合うこと。

12月・1月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
11 / 29	30 ■老人福祉センター 休館日	12 / 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 ■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)	16 ■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)	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 ■老人福祉センター 休館日	22 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	23 ■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)	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 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	30	31 ■老人福祉センター 休館日	1 / 1 (元旦) ■老人福祉センター 休館日	2 ■老人福祉センター 休館日
3 ■老人福祉センター 休館日	4 ■老人福祉センター 休館日	5 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	6 ■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)	7 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	8 ■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)	9 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
10	11 (成人の日)	12 ■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)	13 ■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)	14 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	15 ■給食サービス ■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)	16 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
17	18 ■老人福祉センター 休館日	19 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	20 ■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)	21 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	22 ■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)	23 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
24	25 ■老人福祉センター 休館日 ■給食サービス	26 ■障害年金無料 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)	27 ■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)	28 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	29 ■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)	30 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)
31	2 / 1 ■老人福祉センター 休館日	2 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・ 山浦線)	3 ■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)	4 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	5 ■給食サービス ■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)	6 ■おもちゃ図書館 (福祉センター)

編集後記



秋、老人クラブや障がい者等各種団体のスポーツ大会や元気フェスタ、チャリティーバザーなど毎年行事が目白押しですが、今年は新型コロナウイルス感染症防止のため、すべて中止です。おかげで広報誌めるへんの記事は頭の痛いところです。その中で少しでも、社協の活動を町民の皆さまに知っていただけるよう、広報委員会では毎回白熱した議論が行われています。時には厳しいご意見をいただくこともあり、真摯にやり組んでいます。今後ともより良いものを作っていくと思いますので、皆さまのご意見・ご感想をお待ちしております。(H)

