



みんながつくる みんなでつくる みんな安心・福祉のまち

山鹿市社協だより

2013
冬

第30号

キャッチボール



子どもボランティアリーダー養成講座

特集!

**「地域福祉活動計画」策定に関する
アンケート集計結果報告**

「地域福祉活動計画」策定に関するアンケート集計結果報告	②～④
子どもボランティアリーダー養成講座報告	⑤
支所だより	⑥・⑦
ファミサポ10周年記念講演報告	⑧
自宅で出来る介護予防・成年後見Q&A	⑨
心配ごと相談予定表・保健所からのお知らせ	
在宅介護者のつどい報告	⑩
ご寄付者紹介	⑪
防災のつどい案内・社協の晩ごはん	⑫

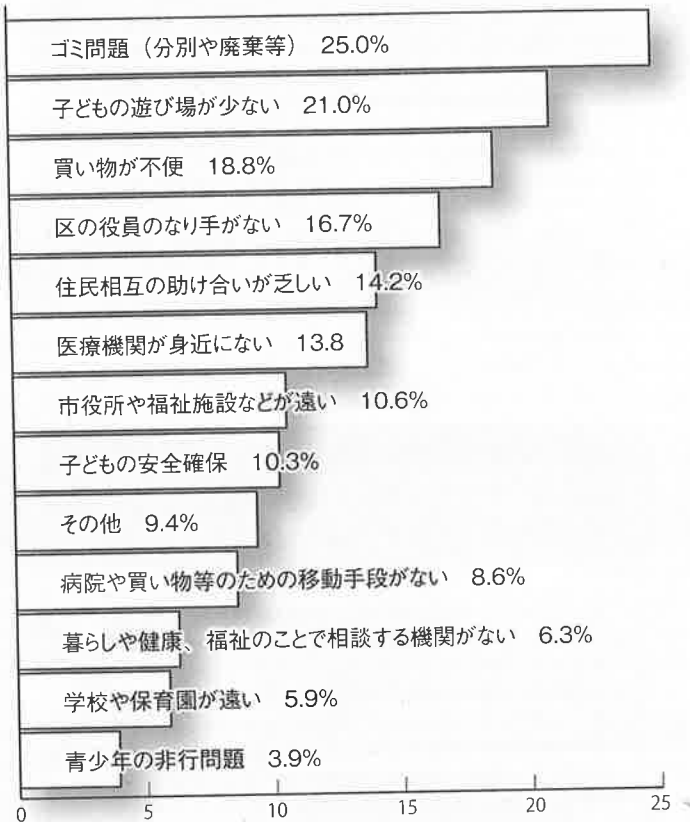
発行／社会福祉法人 山鹿市社会福祉協議会

〒861-0531 熊本県山鹿市中578番地 TEL:0968-43-1134 FAX:0968-36-9310

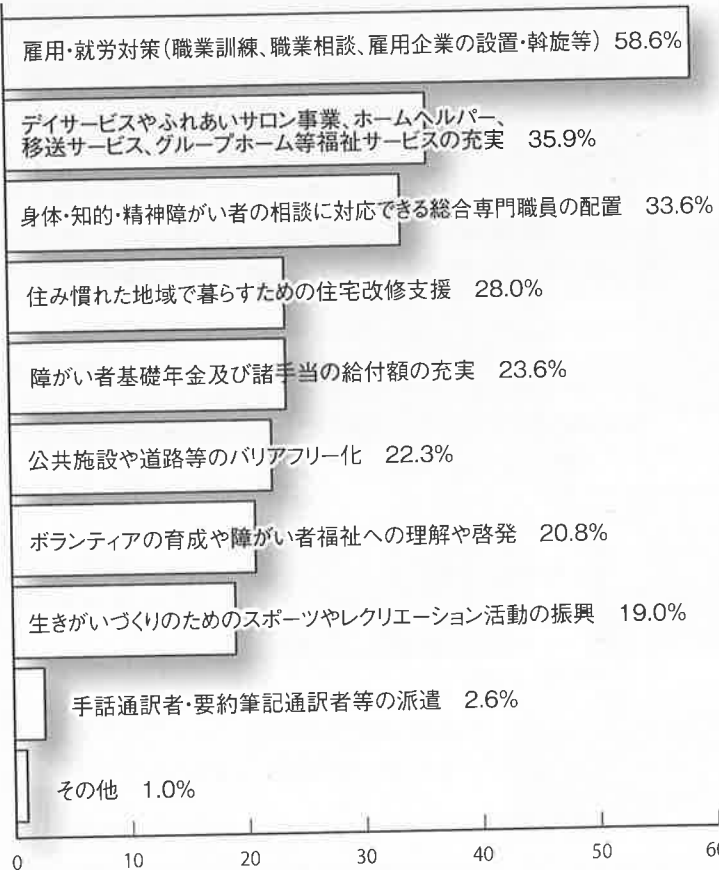
E-mail:yamaga@yamasha.or.jp URL: <http://www.yamaga-shakyo.com/>

この社協だより「キャッチボール」は、共同募金配分金の一部を活用させていただいています。

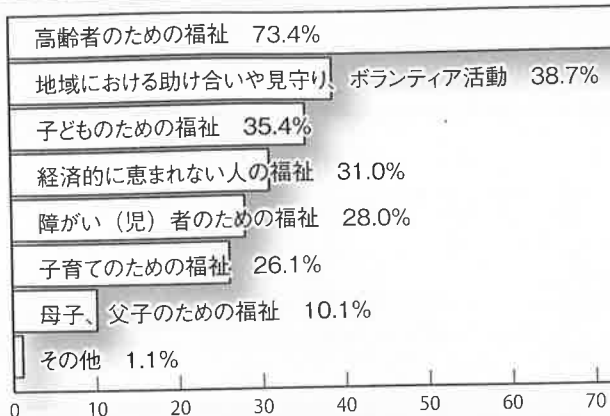
地域で生活するうえで困っていることは何ですか。



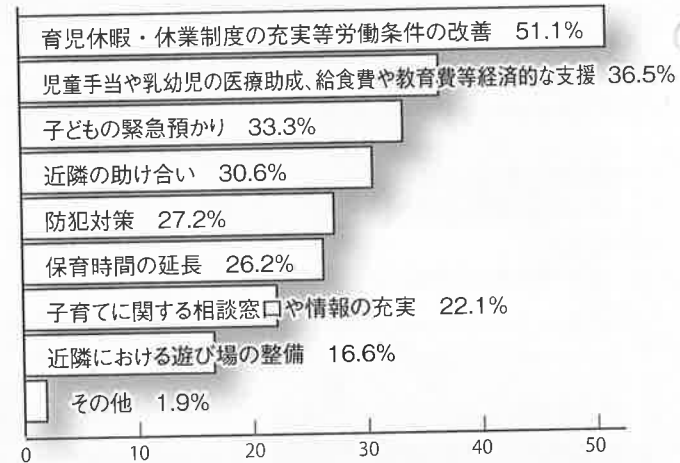
障がいを持った方の施策として、どのようなことが必要だと思いますか。



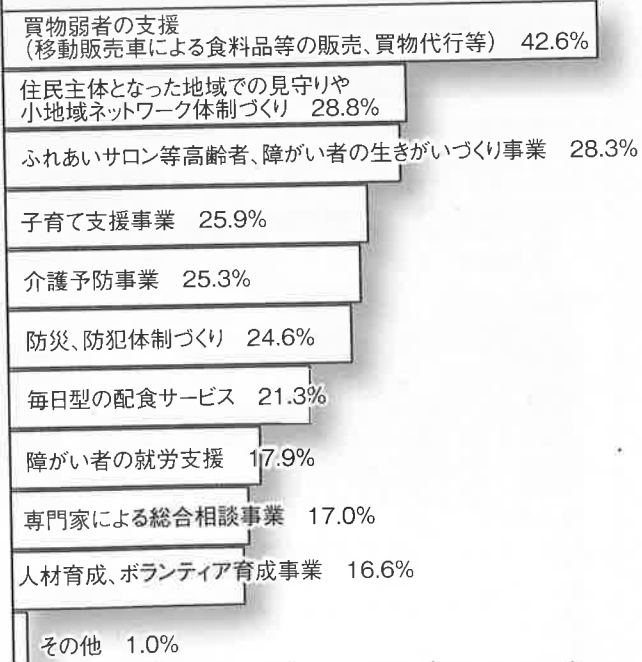
福祉のどの分野を充実させて欲しいと思いますか。



子育て支援策として必要なことは何だと思いますか。



これから必要と思うサービス・福祉事業は何だと思いますか。



「地域福祉活動計画」策定に関するアンケート集計結果報告

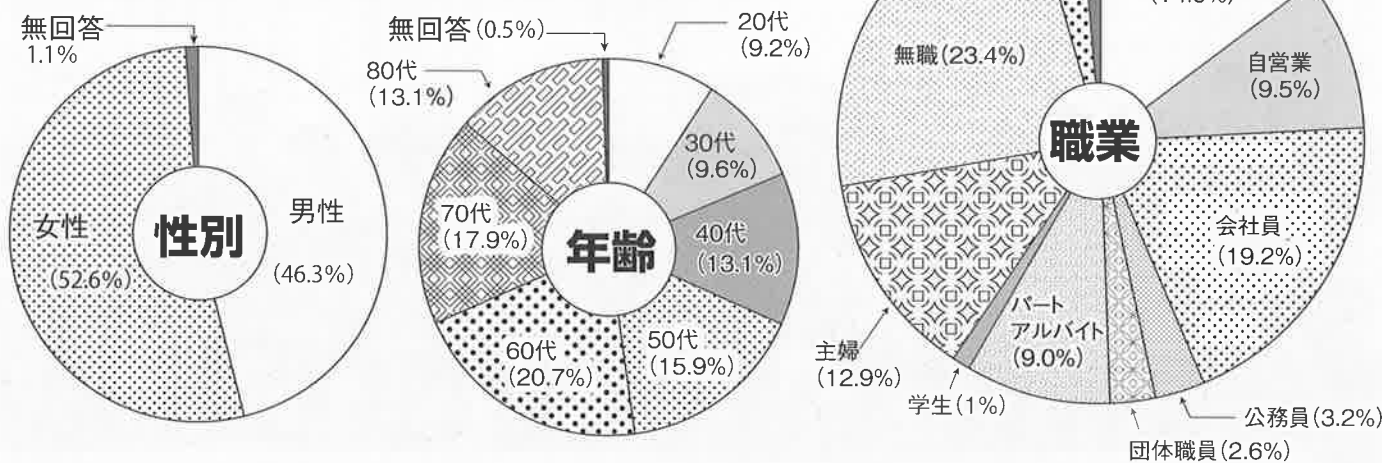
3,740名の方より貴重なご意見ありがとうございました。

山鹿市社会福祉協議会では、第2期山鹿市地域福祉活動計画策定にあたり、アンケート調査を実施させていただきました。民生委員児童委員さんをはじめ、ご協力いただきました市民の皆様のご協力に厚くお礼申し上げます。

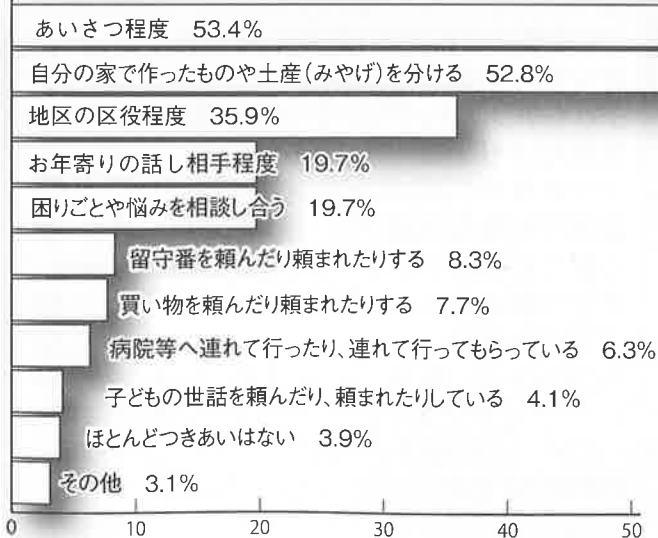
今回の調査結果につきましては、本年度策定を行う「第2期地域福祉活動計画」の大切な基礎資料として活用させていただきたいと考えております。

これからも、市民の皆様のご理解とご協力を賜りつつ、関係機関・団体・行政と連携を図りながら、「誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるまちづくり」を目指して取り組んでいきますので、どうかよろしくお願いたします。

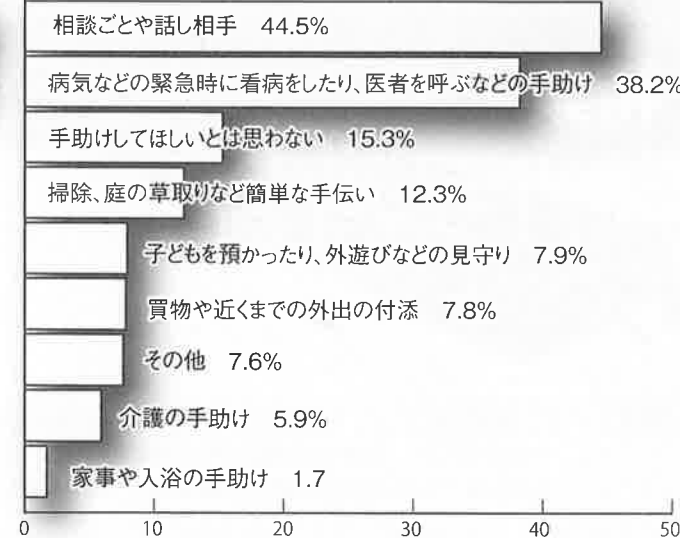
〈アンケート調査にご協力いただいた方の性別・年齢及び職業〉



隣近所とはどのような「つきあい」をしていますか。



今後、近所づきあいの中で、近隣住民に「手助けをしてほしい」と思うことはありますか。



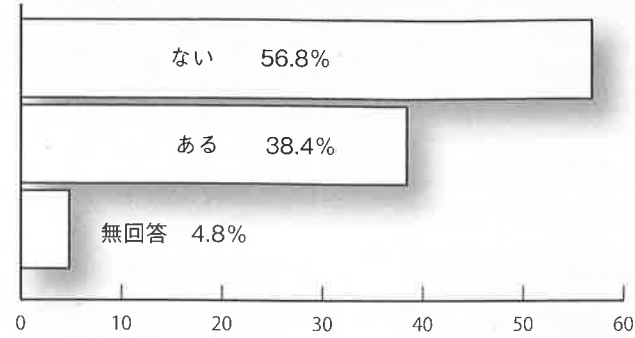
未来へつなぐみんなの力



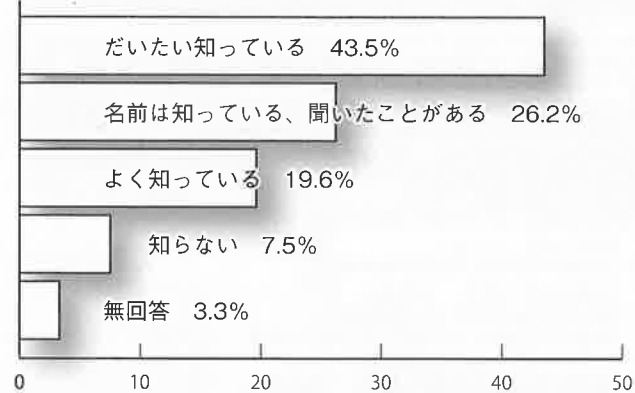
小学5年生を対象に、ボランティア活動への理解と関心を高め、学校や地域での自主的なボランティア活動を広めていくためにリーダーの養成講座を開催しました。今年71名の子どもたちが、6月から12月の7ヶ月間、様々な体験をとおり、色々なことを学びました。

月	内 容
6月 開校式 ボランティア って!	「いろんなボランティアがあるんだね」 子どもボランティアリーダー養成講座   
7月 疑似体験 認知症学習	     相手の本当の立場って、体験してみないとわからないね。
8月 レクリエーシ ョン学習	    おじいちゃん、おばあちゃん 喜んでくれるかな
9月 高齢者施設 での交流	  たのしい交流が できました  こぎゃんときはね……
10月 お金の学校	  お金のやりくり、相手の意見を 聞くことの大切さを改めて考え ました。
11月 赤い羽根 街頭募金活動	共同募金は地域の福祉活動を支えているんだね!    「ありがとう ございます」
12月 これから 私たちに 出来ること…	地域の行事に進んで 参加する。   地域の中でも自分から あいさつする。 ふれあいサロンに 参加する。

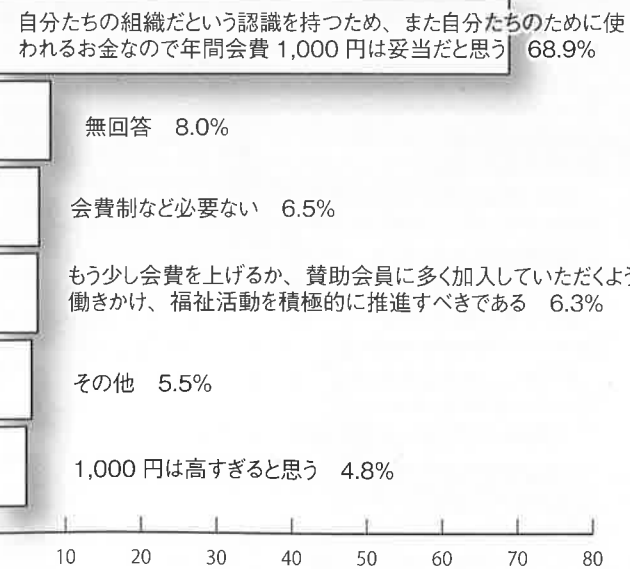
過去1年間にボランティア活動をした
ことがありますか。



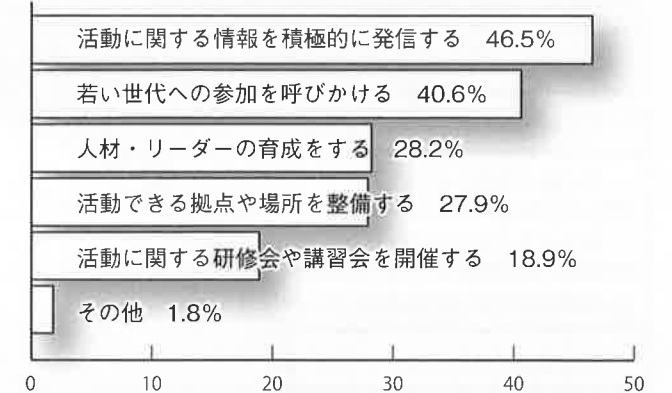
山鹿市社会福祉協議会のことを知って
いますか。



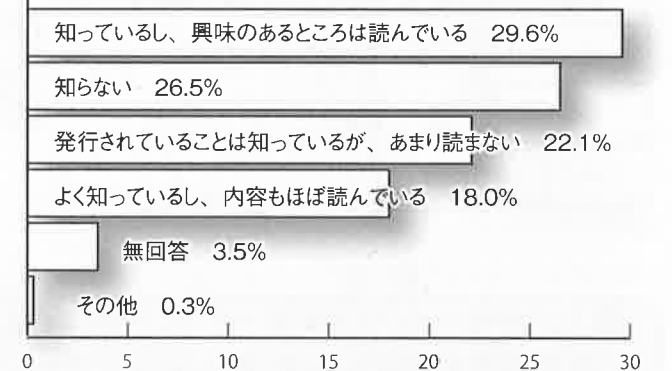
「社会福祉協議会は、住民主体を原則とし、地域福祉の推進を図ることを目的とした民間団体」ということで、山鹿市社会福祉協議会では会費制(一般会費1,000円 賛助会費2,000円以上 特別会費5,000円以上)を設け、市民のための地域福祉事業に活用させていただいています。この会費制についてお伺いします。



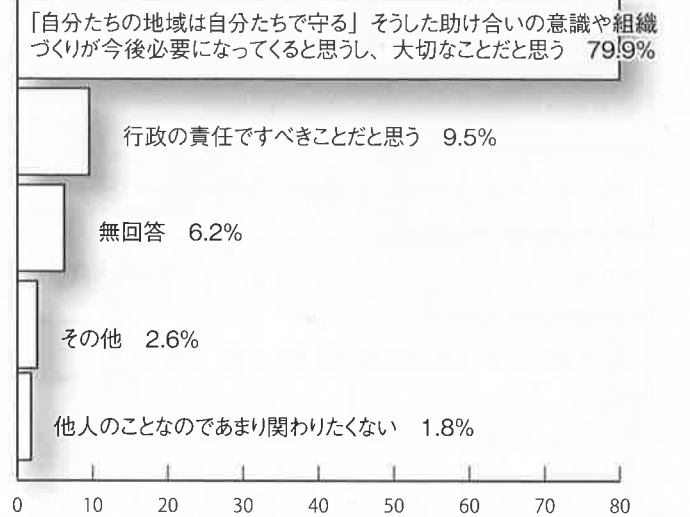
ボランティア活動の輪を広げていくためには、どのようなことが必要だと思いますか。



山鹿市社会福祉協議会では、年4回社協だより「キャッチボール」を発行していますが、知っていますか。



少子・高齢化社会が進む中、山鹿市社会福祉協議会では、福祉サービスを必要とする人々を見逃ごしてしまわないように、ふれあいサロンや見守りネットワーク活動、校区社協や地区社協の組織化、福祉協力員の設置、地域ボランティアや福祉の人材育成に取り組み、住民が主体となった地域福祉活動を推進しています。このことについて、あなたの考えに近いものは何ですか。



鹿本

～たくさんのご来場ありがとうございました～

水辺の花畑事業 第10回 菊花展

11月1日から5日までの間、社協が高齢者の生きがいづくり事業として実施している観賞菊愛好会会員の皆様による『第10回菊花展』を水辺プラザかもとアトリウム内にて開催しました。

今回で10回目という節目の展示会となり、観賞菊愛好会員の皆さんが日頃から丹精込めて育てられたたくさんの菊が会場を彩りました。

期間中ご来場の方々に足をとめてゆっくりと菊の花を鑑賞していただくことができ、中には会員に日頃の管理方法などについての質問をされる方もあり、菊の美しさがみなさんの心に届いた展示会となったのではないかと思います。



かかしづくり

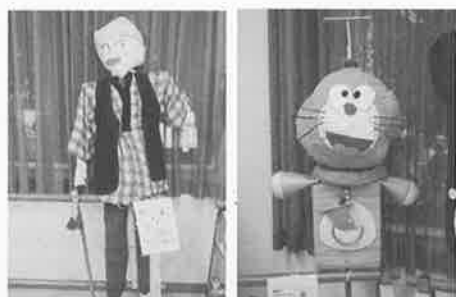


鹿央デイサービスセンターでは、「自然の物を使って作りたい!」と、利用者のみなさんがかかし作りを行いました。

おお張りきりの利用者さん。家庭から材料を持ち寄って、「あやながよかどー」「こやながよかろー」とたくさんのアイデアが飛び交い、ついに、全長2メートルの「くまもん」やたくさんの道具を持った「ドラえもん」にこここ笑顔の「水戸黄門」の3体が完成しました。

それらの作品はかおふるさと祭りの、かかしコンテストに出展。

惜しくも受賞は逃しましたが、癒しキャラクターとして今でもデイサービスセンターに並んでいます。



鹿央

山鹿

最優秀賞受賞おめでとうございます

高齢者のよい歯コンクール



船津二江様 (82歳)

- <気をつけている事>
- ① 1日3回歯磨き実施。
 - ② 小魚をよく食べる。
 - ③ 甘い物はめったに食べない。

平成24年6月10日受賞

歯もさることながら歯茎がきれいとの事で、最優秀賞である熊本県賞を受賞されました。虫歯が全くなく、歯医者にかかれたのは、去年が初めて!! 歯の隙間が出来たので受診とのこと。「すごい!」の一言です。船津さんのお父様も歯が丈夫だったそうで、歯磨きや食事など、気を付けられていることを伺いました。



船津さんが参加されているいきいきサロン下宮寿会最前列中央が船津さん。いつも素敵な笑顔です。

8020運動をご存知ですか? 80歳になっても、自分の歯を20本以上保とうという運動です。いつまでも自分の歯で、おいしく食事をいただきたいですね。



支所だより

地域の防災を考える ～鹿北中学校防災キャンプの取り組み～

鹿北

鹿北中学校では、8月27日から28日にかけて、全校生徒で「防災キャンプ」を行いました。目的は、「災害時に、地域のリーダーとなって活躍できる知識や態度を身に付ける」ということです。地区生徒会単位の縦割りグループで「救急救命法のワークショップ」や「ハイゼックス炊飯実習」「防災マップ作り」「停電時の避難訓練」「ダンボール1枚でのベッド」「バケツリレーによる初期消火訓練」など実際の場面を想定しての活動に取り組みました。できるだけ避難所の生活に近づけるために、水の制限があり、トイレの数が少ないなど、普段と違ってとても不便で辛い体験でした。しかし、日頃の生活がいかに便利に恵まれているかがわかりました。一人一人が班のメンバーと相談し協力しながら行動することができたと思います。

鹿北中学校では、生徒会を中心に地震や大雨などによる災害が起きると「自分たちにできることは何か」をみんなで考え、募金などの協力をしてきました。しかし、一泊二日の防災キャンプを経験する中で支え合うことや状況に応じた判断力の大切さを改めて実感することができました。確かに今回の取組はまだまだ小さいものですが、これからの社会を生きていく上で必ず必要なものだと思います。目的にあるように地域のリーダーとなれるよう「清流の人」としての誇りを胸に、これからも鹿北中学校は人と人とのつながりを大切にしていきます。

(鹿北中学校 生徒会長 杉坂健太郎)



子育てサロン『あひる』3周年!

子育て中のパパやママが気軽に集えることを目的に、地域のボランティアの方々のご協力により、平成21年11月にスタートした子育てサロン『あひる』が、3周年を迎えました。11月にサロンを訪れると、ピザ作りが開催されていました。親子で「これはなに?」「ピーマン!コーン!」と楽しみながらトッピングをし、石釜で焼いたピザを口いっぱい頬張っていました。この日、初めて参加されたママも、アットホームな空間でコーヒーを飲みながら、おしゃべりで盛り上がっていました。



毎月第2火曜日の午前10時から正午まで、NPO法人プレスで開催されています。今後の予定は、1月は『初笑いしましょう』、2月は『バレンタインカード作り』、3月は『美顔マッサージ』を計画されています。麩(ふ)を使っためずらしいおやつも大人気です。ぜひ、一緒に楽しい時間をすごしませんか?みなさまのご参加をお待ちしております。

- 【問い合わせ】NPO法人プレス..... ☎48-2434
 やまがファミリー・サポート・センター... ☎44-8800
 菊鹿支所..... ☎48-5060

足指のケア

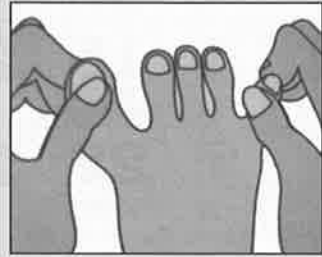
立ったり歩いたり、日常の動作に足指は大きく貢献しています。その中で特に重要なのは「親指」と「小指」です。親指は大黒柱として身体を支え、小指は身体の左右の動きを制御しています。足指の機能低下は、足アーチ（土踏まずの部分）の変形に繋がり、立つことも出来ないだけでなく、転びやすくなり、歩くことも難しくなります。

またアーチはふくらはぎと同じ働きをしていて第二の心臓とも言われています。

このアーチが老化などで衰えると血液を押し出す力が弱まり、足の裏から血行不良が起こります。

いつまでも歩けるようアーチを良好な状態に保つのが健康の第一歩になります。

<入浴中の運動>

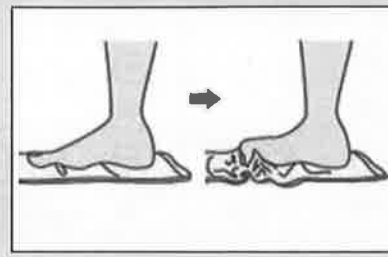


- ① 親指と小指をつまむ。
- ② そのまま徐々に広げる。



- ① 手の指を足の指の間に入れる。
- ② 指をゆっくりそらせて足の裏の筋肉を伸ばす。
- ③ そのまま足首をまわす。

<タオルギャザー>



- ① 椅子に座り、床にタオルを敷き、片足を置く。
 - ② 足の指を屈伸し、タオルを手前にたぐり寄せる。
 - ③ 指先だけでなく、足裏全体を用いる。
 - ④ 左右それぞれ3回ずつ2セット行う。
- ※ 両足で行ってもかまわない。

◆継続して毎日行いましょう！！

お問い合わせ先 山鹿市地域包括支援センター 電話 43-1077

Q 1 まず、成年後見人に就任したら通常一カ月以内に財産目録を作成して家庭裁判所へ報告するように指示されます。その後は、家庭裁判所の指示に従って報告すればいいのですが、いつでも報告できるようなしておかなくてはなりません。報告書には、本人の生活状況や健康状態、それに財産目録の状況や今後の支援内容、収支予定表等について報告します。

A 1 報告書の様式は、家庭裁判所から報告書提出の通知がされる時に同封されてきます。通常「後見業務報告書」として、「財産目録」「収支予定表」「預貯金通帳の写し」なども一緒に提出します。家庭裁判所は提出された報

よくある質問

家庭裁判所への報告

Q 1 成年後見人は、定期的な家庭裁判所への報告をしなければならぬと聞きますが、何について報告しなければならぬのですか？

A 1 まず、成年後見人に就任したら通常一カ月以内に財産目録を作成して家庭裁判所へ報告するように指示されます。その後は、家庭裁判所の指示に従って報告すればいいのですが、いつでも報告できるようなしておかなくてはなりません。報告書には、本人の生活状況や健康状態、それに財産目録の状況や今後の支援内容、収支予定表等について報告します。

A 2 たとえば、次のようなことがあった場合には、随時報告するようにして下さい。

- ① 財産処分を行うとき、遺産分割、相続放棄など財産管理の方針を大きく変更するとき。
- ② 本人の入院先、氏名、住所、本籍、または成年後見人の氏名、住所が変わったとき。
- ③ 療養方針を大きく変えるとき。



告書などの書類をもとに成年後見人の支援内容を監督することになります。

Q 2 定期的な報告以外に随時家庭裁判所に報告しなければならぬことはありませんか？

不明な点がございましたら、下記の連絡先までお願いします。また、成年後見制度についての相談がありましたら、ご連絡下さい。

やまが成年後見センター
電話 36-9211

平成24年度子育て支援研修会開催

12月3日、鹿本町の「ひだまり」にて子育て支援研修会を開催しました。

本来は、社協の子育て支援事業に関わる方を対象とした研修ですが、今回は、子育て中の家庭の悩みに対してどんな支援ができるかを、市民の皆様に伝え活用いただくために、以下の3事業の紹介を行いました。

また、今年は3事業の1つファミリー・サポート・センターが10周年を迎え、記念講演会としてKKTアナウンサー村上美香さんをお迎えして「命のお話～取材で見えてきたこと～」と題してお話を聞きました。

ファミリー・サポート・センター



預り会員さんの自宅で、お子さんを預ります

子育てサポーター派遣事業「たんぽぽ倶楽部」



就学前のお子さんのお世話を依頼者のお家でお手伝いします

子育て支援3つの事業

子育てサロン



子育て中の親子や地域の方との交流の場です



社協

利用方法や内容については、お気軽にお電話下さい。
やまがファミリー・サポート・センター
担当 山田 ☎44-8800

ファミリー・サポート・センター10周年記念講演会

村上さんは、県内のペット事情の取材を通して、犬や猫たちが簡単に捨てられ、処分されている現状をテレビで報道されたそうです。このことで、多くの方が「命」について考えるきっかけとなり、ボランティア活動にもつながっていることを話されました。

直接、子育てにつながるわけではありませんが、「命」について改めて考えることができました。

最後に、絵本『いのちをいただく』を朗読していただき、会場全体が心温まるひと時を過ごしました。



=ママと一緒に=



=参加者と「命」について考えました=

第15回

山鹿市防災のつどい

一昨年3月11日に発生した東日本大震災をはじめ、昨年7月には、九州北部豪雨により、県内でも大きな被害がありました。また、日本各地において、気象変化による自然災害も数多く発生し、多くの方がその被害に遭われています。

災害の恐ろしさを教訓とし、防災の必要性を呼びかけるため「山鹿市防災のつどい」を日赤防災ボランティア山鹿あいの会との共催で開催します。

今回も、包装食（ハイゼックス）を用いた炊出し訓練等を実施します。この炊き出し訓練に参加いただける方を1月4日から20名募集しますので、参加希望の方は下記の本所・山鹿支所までお申込みください。（定員となり次第締め切ります）

その他にも様々なコーナーがありますので、市民の皆さまの参加を心よりお待ちしております。

●期日 **平成25年1月17日(木)**

●内容・日程

☆炊出し訓練 … 9:00～（軍手・タオル・三角巾・エプロン・包丁・まな板をお持ちください）

☆防災のつどい…10:00～12:30まで

- ・災害ボランティアセンター設置訓練
- ・心肺蘇生法・AED指導
- ・水消火器体験・被災食や防災用品展示など

●場所 鹿央多目的研修センター前駐車場（鹿央町合里158番地1）
（鹿央総合支所横）



社協の晩ごはん

さんまのピリ唐揚げ

社会福祉協議会では、自分で調理することが困難な高齢者のために月曜日から土曜日まで、夕食のお弁当配達を行っています。その中のメニューから、今回は「さんまのピリ唐揚げ」のレシピを紹介します。

【作り方】

- ① さんまは頭と尾を切り落としワタを抜き水洗いして水気をふき取る。
一尾を四等分に切り片栗粉を薄くからめ、サラダ油で揚げる。
★調味料は合わせておく。
- ② さんまに合わせ調味料を加えて絡める。
- ③ 器にさんまを盛り付け、小口切りにした小ネギと鷹の爪を散らす。



<材 料> 2～3人分

- ・さんま…2匹
- ・片栗粉…適量
- ・サラダ油…大さじ2
- ★しょう油…大さじ2
- ★砂糖…大さじ2
- ★酒…大さじ2
- ★みりん…大さじ1
- ★酢…小さじ1
- ★豆板醤…小さじ1
- ・小ネギ・鷹の爪(各小口切り)…各適量

●本所・山鹿支所 ☎43-1134 ●鹿北支所 ☎32-2696 ●鹿本支所 ☎46-2206 ●やまが成年後見センター ☎36-9211
●菊鹿支所 ☎48-5060 ●鹿央支所 ☎36-3811