



社会福祉協議会だより

発行 高掬地域社会福祉協議会

平成28年2月15日

*この広報紙は、赤い羽根共同募金の配分金で発行しています。

高掬元気塾・・・究極の9曲を聴く 『心に残る 昭和歌謡元気サロン』開催

10月12日(月)に高掬公民館にて「高掬元気塾」を開催しました。75歳以上の一人暮らしの方とご夫婦世帯の方々を招待し、地域の方他役員など約120名が参加しました。

心に残る 昭和歌謡元気サロンでは前高掬公民館長の齋藤浩一氏を講師に迎え、参加者のリクエストにより選ばれた昔なつかしい9曲のレコード(齋藤氏持参のLP)を聴きました。股旅演歌のレコードも聴き、「青い山脈」などをみんなで歌いました。齋藤氏の楽しく詳しい解説があり、思い出の曲を口ずさんだり、昔のことを思い出したりして、会場は大いに盛り上がりました。



昼食会、交流会・・・食生活改善推進協議会五十嵐ひで子高掬支部長



他役員の皆さんが、朝早くからぼたもちからデザートまで作ってくださいました。そして、献立や栄養の話をしてくださり、元気塾参加者全員で大変おいしくいただきました。

究極の9曲とは ♪

- 丘を越えて ○ 赤木の子守唄
- 人生の並木道 ○ 湖畔の宿
- ひばりの花売り娘 ○ りんどう峠
- 夜霧よ今夜も有難う ○ 王将
- 恋の町札幌

『高掬ふれあいネット』 ゆぴあで開催！

12月9日(水)に「高掬ふれあいネット」を天童最上川温泉ゆぴあで開催しました。75歳以上の一人暮らしの方及びご夫婦世帯の招待者とスタッフの約50名が参加しました。

健康で明るい生活ができるように、天童市地域包括支援センターめいこうえんの田沼保健師による健康講話(手洗い、うがい、食事等)、入浴前の健康チェック(血圧測定、健康相談)を受け、ゆぴあの館長さんより温泉の効能や注意等のお話を聞いた後に入浴を楽しみました。

その後おいしいお弁当を食べ、お酒も入ってみんなが知っている歌で大合唱!若かりし頃にもどり、十八番のカラオケで大変楽しくすごしました。



お元気ですか？ 一人暮らし高齢者宅訪問

社会福祉協議会と女性会との共催で、11月8日（日）に75歳以上の一人暮らしの方約50名のお宅を訪問しました。各地域担当の福祉推進員と女性会員がおはぎと果物と押野洋子女性会長のお手紙を届け、いろいろお話をしてきました。



高揃13の篠原織子さんのお宅を訪問しました。織子さんは明るく気さくな方で、長年近くの公園のトイレ掃除を続けてくれています。元気塾やふれあいネットにも参加してくれます。

福祉推進員の篠原俊治郎さんとは、普段から交流しています。近くに店がなく、買い物は近くの方に協力してもらっているそうです。

寒河江市高松地区 社会福祉協議会 視察研修交流会

10月27日（火）に寒河江市高松地区社会福祉協議会（伊藤会長以下20名）の訪問を受けました。天童市社会福祉協議会より高揃地区が地域社会福祉活動の先進地区として紹介されました。

佐藤善三郎会長以下6名が参加し、奥山吉徳事務局長より、協議会の組織と活動について概略説明をし、各担当役員より、高揃元気塾、ふれあいネット、認知症サポーター講座、一人暮らし高齢者宅訪問、広報紙発行・・・などについて説明を行いました。

その後の質疑応答、情報交換は予定の時間を超過して、熱心にまた和やかに行われました。高松地区では地区の運営年会費として各戸より集金していることや福祉推進員が住民の多少により、複数配置されることなどの情報を得ることもできました。

交流で話し合ったことなど、これからの活動の参考にしたいものです。

鎌倉さん、佐藤さんありがとうございました！

民生児童委員の鎌倉 聡さん（清池2）が8月に急逝されました。
12月には福祉推進員の佐藤文男さん（高揃11）が急逝されました。
長年、地域の福祉活動に貢献していただきありがとうございました。
ご冥福をお祈りいたします。

清池1, 2担当民生児童委員として、遠藤清道さんが就任されました。
よろしくお祈りいたします。（Tel 655-3819）

地域で支えあおう 強い絆のまち高掬をめざして！

認知症サポーター養成講座の受講が広がっています

高齢になっても住みやすい金谷地区

金谷公民館長 佐藤時男さんより

金谷公民館の文化祭は、11月3日に行った。その内容の一つとして「認知症の理解と支援の方法について」と題して実技兼講演を実施した。地区の多くの人に参加して頂くため、次の様なことを書いた回覧を行い周知を図った。認知症を理解することは、これからの高齢化社会にとって必要なことである。そこで距離的にも集まりやすい金谷公民館で、しかも短時間に体得する経験が必要と考えた。金谷地区は年々高齢化が進み、認知症者に対する対処法が分かる人が増えることが、住みやすい金谷地区となることが推測される。

回覧 認知症の理解と支援の方法について <午後1時～1時間>

金谷地区は65歳以上の高齢者のいる世帯が非常に多い。認知症に誰がなるかなど検討もつかない。そこで、支援の方法を知ってみんなで理解し、高齢者で認知症になっても「住みやすい金谷地区」を作ろうではありませんか。1世帯1名以上の参加を願います。

講師：天童市地域包括支援センターめいこうえん 石川秀行氏
(参加者にはオレンジリングと本を贈呈される予定)

文化祭当日には、どの位集まってくれるかが心配であったが、1世帯1名位の参加があり好評であった。昔は、ぼける(認知症)と家に閉じこもりがちになっていた。今回の研修でたくさんのオレンジリング保持者が出たことで、認知症になっても住みやすい地区に少し近づいたことを確信している。

高掬小学校「認知症サポーター養成講座」の学習

高掬小学校では、11月16日(月)に、昨年につき、認知症サポーター養成講座を5年生が受講しました。毎年5年生が受講する予定です。講師は、天童市地域包括支援センターめいこうえん石川秀行副センター長です。子ども達の感想です。



- ・5年東海林修斗・・・今日は、学校で、認知症の話聞いて、認知症の人がどんな思いをしているのかがわかって、「Ninchisho Supporter」と書いてあるバンドまでもらったので、認知症の人だけじゃなくて、他の困っている人も助けたいです。
- ・5年 高橋映彩・・・今日の講座では、認知症の症状などをくわしく知ることができました。その症状の中には、治せない症状もあるけれど、周りの人の力で治せるものもありました。だから、もし周りの人が認知症になったら、できるだけ症状を軽くしてあげたいです。
- ・5年 山本桜・・・「認知症」という言葉は聞いたことがあったけれど、実際にどのような症状がおきるのかわかりませんでした。でも、話を聞いて、いろいろ忘れてたり覚えられなくなったりすることがわかりました。認知症の人に会ったらやさしく声をかけてあげたいです。

第2回認知症サポーター養成講座開催

高掬地域社会福祉協議会が主催し、8月23日(日)に高掬公民館で実施されました。

講師は、天童市役所健康福祉部保険給付課の小池千恵子先生で、映像や豊富な事例を交えた、わかり易い説明をしていただきました。また、地域包括支援センターめいこうえんのスタッフの協力も得て、「認知症の人と家族の対応について」良い例、悪い例を寸劇でユーモラスに演じていただき、約100人の参加者は、笑いの中にも自分の身近な問題として真剣に学んでいました。

地域の福祉のために！

高掬地域づくり委員会より寄贈



高掬地域づくり委員会では、資源ゴミのリサイクル活動としてアルミ缶回収事業を実施しています。その収益金より三万円を1月24日(日)高掬地域社会福祉協議会に活動資金として寄贈していただきました。アルミ缶回収にご協力くださった皆様ありがとうございました。福祉事業に有効に活用させていただきます。

新築の高掬公民館に“誰でもいつでも行ける場所”ができる！！

新高掬公民館の図書室兼談話室に子どもからお年寄りまで、誰でもいつでも自由に参加できる場所、仮称「たかだまコミュニティカフェ」が設けられます。

多くの地区民が参加でき、楽しく過ごせる場にするためには、どのような仕組みづくりが必要か。地域づくり委員会を中心に、公民館利用各団体などで取り組みます。関係する皆様の温かいご協力をお願いします。社会福祉協議会としても積極的に協力していきます。

健康コーナー 免疫力アップに干しいたけ

(地域包括支援センターめいこうえん田沼保健師より)

感染症予防にはうがい、手洗い、食事が大切です。干しいたけは免疫力をアップする成分(β-グルカンの一種であるレンチナン)が豊富な食品です。また、エリタデニンという成分は、血中コレステロールの排泄や血圧調整作用があり、動脈硬化や高血圧症などの生活習慣病の予防効果が期待できます。カルシウムの吸収率を高める働きがあるビタミンDも含み、丈夫な骨をつくり、骨粗しょう症を予防する効果も期待されます。◎献立に取り入れてみてください。

平成27年度行事予定

高掬地域社会福祉協議会理事会 2月24日(水)

高掬地域社会福祉協議会総会 3月12日(土)



編集委員紹介

奥山吉徳 齋藤育彦 大内幸子

長谷川信夫 鈴木義夫 奥山眞一

烏きよ子 吉田純子

