

# 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)

## みんなで楽しくスポーツの秋! 障がい者ふれあいスポーツ大会



第37回玖珠町障がい者ふれあいスポーツ大会が、10月24日玖珠町B&G海洋センターで開催されました。この大会は、障がい者のスポーツ振興を図るとともに、地域の人々の障がい者に対する理解を深め、その自立と社会参加の促進に寄与することを目的に開催されるもので、本年度も町内の障がい者や地域の方たち総勢約200人が参加されました。

主催である玖珠町身体障害者協議会中村高利会長のあいさつの後、3チームに分かれフライングディスクや玉入れ、風船バレー等5競技で楽しみながら、競い合いました。競技の合間にはたかすことども園のかわいい園児による遊戯があり、またプログラムの最後は参加者全員で、盆踊りを楽しみました。参加者の皆さんのはしゃぎ声があふれる1日となり、とても良い交流機会となりました。

成績は次の通りです。

- 1位赤組（森・八幡地区）
- 2位白組（玖珠・北山田地区）
- 3位黄組（福祉事業所）

# 受賞おめでとうございます

10月18日、別府ビーコンプラザ

で第13回大分県地域福祉推進大会が開催され、県内から約2千人が参加する中、福祉の発展のため長年活躍されている個人・団体の皆さまが表彰されました。

また、日本初義手の看護師となつた北京・ロンドンパラリンピック競泳日本代表伊藤真波さんによる特別講演も行われました。

## 【大分県知事表彰】

(ボランティア功労者)

芝原実千代

池口まり子  
衛藤 美幸

## 【大分県共同募金会会長感謝状】

(ボランティア功労者)

中山キミ子

## 【大分県老人クラブ連合会会長感謝状】

(篤志寄付者)

社会福祉法人睦福祉会

## 感謝状

## 【大分県知事賞】

(優秀老人クラブ賞)

坂登豊寿会

(老人クラブ指導者功労賞)

竹下 博文

(明るい高年賞)

熊谷マチ子

(高齢者介護賞)

清竹ケイ子

## 【大分県社会福祉協議会会長表彰】

(優良老人クラブ)

田の口老人クラブ

古後中部老人クラブ

(老人クラブ功労者)

(社会福祉事業関係功労者)

帆足千鶴子

坊迫 繁美

(敬称略)



今年も開催!

自治委員（福祉委員）・  
民生児童委員地区別懇談会

自治委員（福祉委員）と民生児童委員が日常的に協力・協働できる関係づくりを進めるため、今年度も町内11カ所で地区別懇談会を開催します。

三年目になる今回は「災害時の地域活動」についての学習会と意見交換を行っています。全戸配布済の防災ガイドブックを使って、自分の自治区の現状を確認し、自分で出来ることや地域との協働で平常時から取り組むこと、災害時における要援護者救護の対応について意見や要望等が話し合われました。「田中は高齢者だけになるので災害があきたら避難に困る」「常日頃の声掛けが大切」「水害は事前避難が重要」など活発な意見交換が行われ、「自治会や民生児童委員で出来る可能性のあることから進め実施していく」との意見も聞かれました。誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせる地域づくりを進めるため、今後も地域の皆さまの協力を得ながら、懇談会を継続していく予定です。



# 老人クラブ通信

雨の中がんばりました。

9月20日、全国老人クラブ一齊社会奉仕の日に合わせ、豊後森機関庫除草作業を今年も行いました。朝から雨が降つたり止んだりの天気の中、15名の方々が参加してくれました。

1時間程度除草作業と草の片づけ作業を行うことができました。

雨の中、少しでも協力出来ればと、高齢者パワー全開でした。



## 先人達が築いた山下高寿会



10月12日、久大地区優良活動事例発表会が日田市老人福祉センター大広間で開催され、日田玖珠九重の代表が事例発表を行い、玖珠町老連からは山下高寿会の残してくれたつどいの場や山下楽との関わりについて発表しました。第2部は、西谷相談員による「高齢者の消費者被害について」講演を聽きました。

今年も開催出来ました！

走って・転んで・笑って感動。

大分県市町村老連健康づくり事業の一環として、玖珠町老連主催第37回ゲートボール大会・第4回ペタンク大会が10月2日、玖珠町総合運動公園多目的グラウンドで、玖珠・九重両町43老人クラブから約560人が参加して開催されました。選手宣誓を赤組代表帆足第2老人クラブの中霜隆夫氏が行い、4チームに分かれてそろそろ急げ・ス

ゲートボール人口が、高齢化により減少傾向にあり心配しましたが、会員皆さんの協力で開催出来ました。

成績は次の通りです。

### ゲートボール

1位	協会A	2位	協会B	3位	森角扇会
長寿賞	太田長寿会	宿利アキ子氏	88才		



玖珠郡老人クラブ連合会主催、第35回高齢者大学体育大会が10月26日玖珠町運動公園多目的グラウンドで、玖珠・九重両町43老人クラブから約560人が参加して開催されました。選手宣誓を赤組代表帆足第2老人クラブの中霜隆夫氏が行い、4チームに分かれてそろそろ急げ・スブーンリレー・玉入れ等12種目の競技に、転んだり笑つたり汗を流しました。くるみの森愛児園の園児46名のお遊戯には、会員皆さん拍手と笑顔が絶えませんでした。

フォーアクダンスも2年目になり、参加者が増え来賓やスタッフも一緒に踊り楽しみました。最後は、八幡盆踊り保存会の協力のもと恒例の盆踊りで一日を終えました。

成績は次の通りです。

1位	白組（玖珠・北山田地区）
2位	青組（東飯田・野上地区）
3位	赤組（森・八幡地区）
4位	黄組（飯田・南山田地区）

最高齢者賞	野上地区右田長寿会
最優秀応援賞	金山松子さん（96歳）



ゲートボールはとても頭を使うゲームです。認知症予防、健康づくりには是非一度体験してみませんか。

## 今年も開催！元気応援フェスタ

10月20日、くすまちメルサンホールで、2018「元気応援！フェスタ」が開催されました。食生活改善推進協議会の野菜350g計量クイズや、母子保健推進協議会の絵本と触れ合あう♪など色々なコーナーが開設されました。

その中で玖珠町社会福祉協議会は、「旬の野菜をとりな菜！」をテーマに地元の野菜や加工品の販売を行いました。昨年に続き障がい者就労支援事業所やサロン農園、新たに若手就農の方々から出品していただきました。

また、民生児童委員協議会の児童部会が開いた子どもの遊びコーナーでは、自分たちで好きな柄の生地を選んで、お手玉を作り楽しんでいました。



## ノルディックウォーキング体験してみました。

ノルディックウォーキング体験してみました。  
大分県ノルディック連盟の内田氏を講師に迎え、ノルディックについてのDVDを観た後、使い方や歩き方を丁寧に教えてもらい、実際に機関庫まで歩いてみました。2回行った説明に20人ほどの参加者があり、中には2回とも参加される熱心な方もいらっしゃり、青空が広がるよい天気の中、皆さん楽しまれていました。

出来た当初から現在まで20年以上に渡り、調理ボランティアとして活躍しています。立ち上げ当初は働きながら月に1回休暇を取つて参加されていたそうですが、班長として、ボランティアの皆さんをまとめ、仕事での経験を活かして高齢者が食べやすい調理方法なども他のボランティアさんに教えるなどして、皆さんからとても喜ばれています。

ボランティア連絡会の理事就任時は、講演会や研修会など行事にも積極的に参加して頂きました。

現在は八幡地区に出来た、週1回のつどいの場“さかしい会”のボランティアメンバーとして活動をされている他、自治運営組織の環境部でも活躍されています。

これからも、益々の活躍をお祈りします。

## 今回のキラッ☆



さんは、八幡地区の堀田昌子さんです。堀田さんは八幡地区給食サービスが



# 介護保険のお話

12



今回の介護のお話しでは、玖珠町にある訪問リハビリテーション事業所をご紹介します。

事業所名	高田病院 訪問リハビリテーション	訪問リハビリテーション ウォーク
事業所住所	玖珠町大字帆足259	玖珠町大字塚脇113番地13
事業所の説明 (どういった事を行っているのか)	リハビリの専門職（理学療法士・作業療法士）がご自宅を訪問し、身体機能（筋力や関節の動き）の回復のみならず、「生活中で必要なこと、望むことができるようになる！」を目標に、ご本人様がいきいきとした生活を送れるように支援していきます。	「ココロを動かそうカラダを動かそう」これはウォークのモットーでもあります。「こんな体になったから…」諦めかけた心に寄り添い、もう一度「私らしく」「私らしい生活」を取り戻せるようにご自宅と一緒にリハビリを行っています。身体機能の訓練だけではなく、福祉用具の提案や住環境のアドバイス、生活上の動作練習等、日常生活がよりし易くなるようにお手伝いします。
	 	

## 週1体操センターさん活躍中！

昨年度、めじろん元気アップ体操センター養成講座を修了した皆さんのが地域で活躍中です。週1体操教室を始めた地域にボランティアで出向いて、めじろん元気アップ体操の周知に取り組んでくれています。また、自分の自治区で週1体操教室を立ち上げ、始めた方もいます。体操だけでなく、ゲームなども取り入れて、参加される高齢者が楽しく体力づくり、仲間づくりできるようにセンターさんもがんばっています。皆さんの参加お待ちしています。



# 無料相談会のおしらせ ーお金の困りごと相談会ー

\*債務の返済で困っている。

\*家賃や水光熱費の滞納がある。

\*学費や車の購入資金が足りない。

\*法律家に相談する前にちょっと聞きたい。

電話予約が必要です。



グリーンコープ生活再生相談室 ☎ 097-535-7777

電話受付《月～金》9:30～18:00 \*日程が合わない場合はご相談ください。

日時 2018年12月6日(木) 10:00～12:00  
場所 くすまちメルサンホール2F 健康相談室



【お申し込み先】

玖珠町ファミリー  
サポートセンター  
(玖珠町社会福祉協議会)  
☎ 72・5513 小野

します。

12月1日(金)  
にお越しください。小さいお子様が遊べ  
る積み木やあそちゃや、ブロックコーナー  
も用意しておりますのでお子様と一緒に  
遊びに来てください。参加希望の方は、

地域で 職場で 街頭で  
みなさまのあたたかいお気持ち  
お待ちしております



## 第11回ファミリー

## サポート交流会

玖珠町ファミリーサポート・センター事業

### 「おしゃべリティータイム」開催

日時 平成30年12月9日(日)

午前10時～12時

場所 玖珠町社会福祉協議会

「よろしく会員」「まかせて会員」でお菓子とお茶を楽しみながら子育てについて語り合いませんか。歯科衛生士、保健師を交えての健康相談、子育て経験者の「まかせて会員」による育児アドバイス、会員同士の交流、情報交換などを目的としてあります。初めての方もお気軽に

「歳末たすけあい運動」は共同募金の一部で、年末に支援を必要としている人が、明るい正月を迎えるために何ができるかを考えて、支援する福祉活動のことです。現在では地域で暮らしていくための様々な支えあい活動を支えています。皆さまからのおたたかいお気持ちによる募金は、年の瀬にあたって支援を必要とする方々へのお見舞金の配分に加え、地域福祉活動の充実や、福祉のまちづくりの推進を図ることに活用されています。

12月1日から12月31日  
**歳末たすけあい募金**

## チャリティー<sup>バザー</sup>のお礼



チヤリテ イーイカ一四  
わばかり、たゞさんの物語  
をいただき誠にあつざとい  
ございました。

また当口も多くの方にご協力いただき、重ねてお礼申し上げます。

師走を前にしてずいぶん寒くなつてきました。朝は布団から起き出すのが辛い季節ですが、土れるところから始めてみては如何でしょうか。

そして出来るだけ体を動かしましょう。家事に追われ  
とらえ、意識して運動することが大切と言われています。

卷之三

炊事をする時にも、つま先立ちすれば、足の筋肉を鍛えることができます。時々ストンと踵を落とせば、足の骨に刺激を与えることができます。「ストン」は足の骨からホルモンが出て血糖値を下げる効果があるという説もあるそうです。

体操でもめじろん体操でも何でもいいですから、全身運動をしまし  
玖珠町は健康ウォークに続いて、「週一体操」を推奨しています。

先日、役場の福祉保健課の方に聞いた話ですが、筋肉の衰えを防ぐには、最低調  
一回の運動が必要だそうです。それまで介助なしでは歩けなくなっていた九十年代の  
お年寄りが、それを実践して、自立して歩けるようになったビデオを見せてもらいました。

自治区やサロンや自発的集団で「週一休操」を企画する場合には、職員を派遣して立ち上げ時の説明をしてくれるそうです。

梅木道雄 梅木妙子  
佐々木農園 1 件 様様

## 寄付金 まいりん

ご本人ご家族の了承を得て掲載しています

「体を動かしましょう」

社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会

会長石井由久雄

# 12月・1月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
11/25	26 ■老人福祉センター休館日	27 ■障害年金無料相談会 ■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)	28 ■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)	29 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	30 ■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)	12/1 ■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 ■老人福祉センター休館日	11 ■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) ■給食サービス
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) ■男性ふれあい広場(老人福祉センター)	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(天皇誕生日)	24(振替休日)	25 ■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)	26 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線)	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)	29
30	31 ■老人福祉センター休館日	1/1(元日) ■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 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線)	5 ■おもちゃ図書館(福祉センター)
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(成人の日)	15 ■給食サービス ■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)	16 ■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 ■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) ■男性ふれあい広場(老人福祉センター)	23 ■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)	24 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	25 ■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)	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) ■障害年金無料相談会	30 ■ふれあい福祉バス(鳥屋線・日出生線)	31 ■ふれあい福祉バス(小野原線)	2/1 ■ふれあい福祉バス(鏡山線・小田線・山浦線)	2 ■おもちゃ図書館(福祉センター)

ついで、季節の変わり田端や人體調には十分に暖をださいね。(上)

日が落ちるのが早くなり、朝晩はすっかり冷え込むくなりました。気が付けば早いものでもう初冬。店頭にはクリスマスケーキの予約ポスターが貼られ、一年経つとの速さにびっくりします。

先日、デイサービスを利用の方が売店に

ちょっと変わった物を買いにいらっしゃいました。「わよつと、性根は売りよらんかね？」と。それを聞いていた他のご利用者の方が、「私も売りよつたが、『私も売りよつたが、りほしいわ』」。皆で大笑いしました。私も売つていののなり賣いたいです！

## 編集後記

