

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



【森 萬治さん】

平成16年より小中学校の通学路や神社の参道等を清掃しています。

【三日月ことぶき会】

20年以上前から毎月、地区の神社境内と参道を1時間程清掃しています。

11月19日、令和3年度おおいとうつくし作戦功労者感謝状贈呈式が、大分市トキハ会館で行われました。
今年度は1個人13団体が選ばれ、玖珠町からは、個人の部で玖珠地区の森萬治さん、団体の部では北山田地区老人クラブの三日月ことぶき会に県知事より感謝状が授与されました。
この表彰は、おおいとうつくし作戦推進の一環として、地域における環境保全のボランティア活動に10年以上(団体7年以上)取り組んだことに対してその功績を顕彰するものです。

長年の活動に
感謝いたします。

謹んで新年のご挨拶を申し上げます。



社会福祉法人 玖珠町社会福祉協議会

会長 小田原 利美



皆様方には、健やかに新年を迎えられましたこととお慶び申し上げます。さて、昨年は度重なる新型コロナウイルスの感染拡大また変異株の浸潤で、多くの行事が中止や規模縮小を余儀なくされました。

そのような中、当会においても感染防止に努めながら業務に当たってまいりましたが、高齢世帯では、長引く外出自粛で身体機能の低下や認知症状の出現による相談が顕著になり、働く世代においては、職を失うなどで生活困窮の相談が急増し、生活資金の貸し付けは11月末時点で総額1億円を超えるなど、今後の生活に大きな不安を抱える結果となりました。

そんな閉塞感のもと、開催された「2020東京パラリンピック」では、選手が懸命に競技する姿に多くの感動をもらい、改めて障がい者、健常者が共に支え合い暮らせる社会の実現を加速したいと感じたところでした。

町内では「第5次地域福祉活動計画（令和2年度～令和4年度）」の実践活動において、多くの地区・関係者と一緒に取り組んで参りました。特に、支え合いマップ作りや地域食堂等の多世代交流の場づくり、更に生活の困りごとに対応する有償ボランティアの仕組み作り等、新たな活動が芽生え、その輪が着実に広がっています。

また、一昨年の7月豪雨や昨年8月の降雨による災害を教訓に、発災時の支援拠点である「災害ボランティアセンター」を玖珠町B&G海洋センターに置き、関係団体の協力を得て同センターの運営訓練などにも取り組んでまいりました。

これらの取り組みに参画いただいた関係者の皆様に、改めて感謝と御礼を申し上げますとともに、今後においても引き続きご理解とご支援を賜りたいと存じます。

当会といたしましたし、新型コロナウイルスの感染収束を願いつつ、福祉（「ふ」ふだんの、「く」暮らしの、「し」しあわせ）を念頭に、係る諸課題の解決に職員一丸となって取り組んで参る所存でございます。

結びになりますが、何気ない日々の暮らしが一日も早く訪れること、新年が幸多き一年になりますことを祈念いたしまして、年頭のあいさつと致します。



地域包括支援部



訪問介護



管理部

福祉のまちづくりをめざして、職員一丸となって取り組みます。



居宅介護支援

今年もよろしく
お願いします。

職員一同



地域福祉推進部



通所介護



“みんなで支え合い、安心・安全の暮らしをつくる”をめざして

～小地域福祉活動計画 実践状況～

玖珠地区の取組み



地域食堂



琴弾き体験



ふれあい菜園



支え合いマップ

地域食堂「あそぼーや」では、ボランティアの皆さんによる琴の演奏や合唱等で交流した後、“地産地消”の食材で心のこもったお弁当をお配りしました。

約半数の自治区が、地域のつながりを見える化する支え合いマップづくりに取り組んでいます。

森地区の取組み



もりもり食堂



自治委員民生委員懇談会



支え合いマップ

再開した11月の地域食堂もりもり食堂では、コロナ渦で中止していた会食を久しぶりに楽しむことができました。

日頃のつながりや災害時の助け合いを確認するため、支え合いマップづくりが民生委員・自治委員の協力で進んでいます。

八幡地区の取組み



有償サービス立ち上げ会議・先進地研修



原・専道・梶原地区避難訓練



支え合いマップは、関係団体の協力の下、約8割の自治区で終わり、自主防災組織としての取り組みも進んでいます。

令和4年4月からの住民型有償サービス立ち上げに向け、コミュニティを中心に視察研修や運営に関する協議が進んでいます。

北山田地区の取組み



多世代集いの場 ふれあい食堂 みかづき



防災学習会



地域食堂立ち上げに向け、模擬食堂が実施され、地域の子供から高齢者が集まってレクリエーションや学習会等の様々な交流の後、みんなで食事を楽しみました。

地域の防災アドバイザーが、北山田小学校で防災意識を高めるための学習会を開催しました。

いきいきサロン活動

今年も楽しもう、つながろう



いきいきサロン森
口腔ケア学習



北山田ふれあいサロン
お手玉ボードで楽しみました



いくいくで～ほこぺんサロン
体操教室



サロンパンジー
もしもの時カード説明会



古後上サロン
めじろん体操頑張りました



谷サロン
久しぶりのサロンでベタンク



室町ひまわり会
毎週日曜ラジオ体操 1・2

**広げよう、地域で
助け合って介護予防**

11月22日・12月6日の2日間、令和3年度介護予防サポーター養成講座が玖珠自治会館で開催され、15名が受講しました。

健康で自分らしく暮らすために、介護予防の知識を身に付けて、地域で活動していただくことを目的としています。支え合いながら健康づくりに取り組めるように、大分県が作成した「地域の介護予防活動支援マニュアル」を使って「地域で参加・活動・役割作り」「運動支援」「口腔ケア」「バランスの取れた栄養」「認知症の理解」「聞こえ」の6講座を専門職の方の講義や実技で学びました。





「お達者年齢」を延ばそう

大分県では、毎年市町村ごとの「平均寿命」と「お達者年齢」を公表しています。「お達者年齢」とは日常生活動作が自立していて、介護保険の要支援1・2、要介護1までの人と定義しています。

玖珠町「平均寿命」「お達者年齢」		
平成27年～令和元年・平均	男性	女性
平均寿命	81.40	87.58
お達者年齢	79.93	84.45

玖珠町の「平均寿命」と「お達者年齢」を見るとそれらの差は、男性1.2歳、女性3.1歳あり、その期間は、家族の手助けや公的医療や介護サービスが必要になります。

年齢を重ねるとだんだんと日常生活に不自由なことが増えてきますが、一日でも長くお達者でいられるよう努めましょう。

「お達者年齢」をのばす

「7つの習慣」を実践しよう！



- 1 生活習慣病を知って予防しよう
- 2 適切な食生活を目指そう
- 3 適切な運動をしよう
- 4 十分な睡眠をとろう
- 5 禁煙しよう
- 6 お酒と上手につきあおう
- 7 歯・口腔の健康を守ろう

次回からは、上記7項目についてご紹介します。

ボラ連通信

11月29日第18回大分県ボランティア・NPO推進大会が、大分市ホルトホールで開催されました。玖珠町ボランティア連絡会員17名は、玖珠町老人福祉センターで、オンラインにより参加しました。



基調講演はmoto m o t o h i y o u g o 事務局長栗木剛氏の「コロナは避けてもココロは密に」つながり愛でこれからの地域づくり」でした。飾り気がなく関西弁で軽快な語り口、笑いを誘いながらも、コロナ禍や高齢でボランティア活動も難しくなっている現状、解決策のヒント等を教示いただきました。後半は、活動リレートークで子育て・災害・民間企業・高校生・子ども食堂活動に取り組んでいる5団体の報告をお聴きしました。

オンラインでの参加は初めての方が多く、慣れない環境でしたが充実した研修になりました。

大分県のボランティア数約22万人
玖珠町のボランティア数
社協が把握している人数約1500人

今回のキラッと☆



今回のキラッと☆さんは、北山田地区の滝石静子さん（84歳）です。

音訳ボランティアとして27年活動されています。

障がい者のお手伝いをしたいと考えていた時に、音訳ボランティアの募集があり応募、平成5年に講習を受けるため1年間毎週大分市に通われ、アクセント等厳しく指導されたそうです。平成6年大分県点字図書館で音訳を始められ、その後広報くすの音訳も手がけるようになり、テープ（現在はCD）を自ら校正、編集を行い作成しています。特に気を付けているのは「文章が正しい意味で正しく伝わるようにすること」と言われていました。長年の活動が認められ、令和元年には厚生労働大臣表彰を受賞されました。一人で活動していましたが新たに仲間が出来る後継者育成にも取り組まれていきます。「『音訳』が必要な方にもっと活用していただいたい」とも話されています。

これからも益々のご活躍をお祈り申し上げます。

「しゅーいち」元氣アップ広場

今回ご紹介する「しゅーいち」は「駅東いきいき老人クラブ」の皆さんです。

毎週月曜日の9時30分からめじろん体操とテレビ体操を中心に健康体操を行っています。毎週開催することで安否確認にもつながっています。

月に1回は体操後にサロン活動へと移行し、手芸や折り紙、誕生会や運動会など行っています。

歩いてくるのが困難な方は、乗り合わせでの送迎も行っており、参加者の皆さんも喜ばれています。駅東地区の方であれば、どなたでも参加ができますので、ぜひお気軽にお越しください。

自分の健康と地域の元気をめざして「しゅーいち」を始めませんか？

「しゅーいち」についてのお問合せ

玖珠町社会福祉協議会 ☎(72) 5513
玖珠町地域支援包括センター ☎(72) 7154



久しぶりの活動に笑顔

玖珠町身体障害者協議会は、体力の維持、会員同士の親睦を目的に、10月27日玖珠町総合運動公園多目的グラウンドにて、『第1回グラウンドゴルフ大会』を開催しました。参加者17名で、3チームに分かれて競技を行いました。

秋晴れの空の下で、ホールインワンに歓声が上がリ、少し手前で止まった球に「惜しい〜」の声、笑顔と笑い声に包まれとても盛り上がりました。

新型コロナウイルスの影響で、様々な行事が中止となりましたが、県内でもようやく落ち着き、久しぶりの活動で、心身共にリフレッシュ出来ました。



栄養のお話 ⑦

寒い日は、あったまる「豚ネギうどん」

トロトロに煮込まれた長ネギと、白だしの染みたお揚げが美味しいですよ。生姜をたっぷり入れて身体もポカポカです。豚肉には、ビタミンB₁が含まれ風邪予防になります。

【材料】2人分 ★長ネギ(斜め薄切り) 2本 ★豚バラ肉(1~2cm) 100g
★油揚げ(2cm) 2枚 ★生姜すりおろし 好きなだけ
☆白だし 100cc ☆水 700cc
うどん 2玉 醤油 ひと回し 小ねぎ 適量

【作り方】① 鍋に☆を入れ沸騰したら★を入れ、ふたをして長ネギがクタクタになるまで煮る。
② 長ネギが煮えたら、うどん、醤油を入れて少し煮る。器に盛ったら小ねぎをちらす。



愛の贈物

(令和3年10月23日
〜11月30日)

香典返し

- 長野上 本松アヤ子様
- 板屋 渡辺 広幸様
- 鎗水 繁田 武夫様
- 笹ヶ原 中村 博文様
- 八重垣 山上 義雄様
- 戸畑 橋本 康平様
- 円徳野 加藤 肇様
- 灰原 後藤 一喜様
- 九重町 衛藤 盛久様

物品寄付

ご本人ご家族の了承を得て掲載しています

お詫びと訂正

前回の号の老人クラブ通信の中でお名前が間違っておりまして、お詫びし訂正させていただきます。

(正) 滝石千代子様

毎年ありがとうございます

九重町の衛藤盛久様より、さつまいも30kg、もち米30kgをいただきました。さつまいもは、デイサービス・ヘルパーサービス利用者や、ふれあい弁当に使わせていただきました。「甘くホクホクして美味しい」と皆さん大変喜ばれていました。また、もち米は地域食堂で使っていただくよう各コミュニティにお配りしました。



みなさまからの
温かいお気持ち♡
ありがとうございます。

12月16日町内8カ所で開催された街頭募金が行われました。一昨年はコロナ禍で中止しましたが、今回は感染予防に配慮して行ないました。

忙しい時間の中、足を止めて募金してくださる方、「寒い中ご苦労様です」と声をかけてくださる方、多くの方からご協力いただきました。いただいた募金は年末に民生委員を通じて、必要な方々にお渡しすることができました。

災害ボランティアセンター 運営者研修会開催

日頃からのつながりが大事!

玖珠郡災害ボランティアネットワーク協議会は、11月27日、28日九重町保健センターに於いて、全国社会福祉協議会のモデル事業を活用し、社協と「協同」してセンター運営ができるように研修会を開催しました。玖珠町の各団体から22名が参加しました。

講師の「『泥を見るより人を見よ』『声』を聴くことが大事で、その声に様々な担い手がつながり、必要に応じて協働する、被災者に寄り添い生活再建に向けたサポートができるように」との話があり、災害に関する基礎知識と心得、被災者の状況の理解、センターのしくみやレイアウトの検討等、講義やグループワークを交え、運営訓練を体験しました。参加した方から、「訓練を通して、センター運営の流れが理解できました」「女性や高齢者でも出来る役割、地元の人だからこそ出来る活動があることがわかりました」等の感想が聞かれ、大変有意義な研修となりました。



2月・3月のスケジュール

日	月	火	水	木	金	土
1 / 30	31 ■老人福祉センター 休館日	2 / 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)	10 ■ふれあい福祉バス (小野原線)	11 (建国記念の日) ■ふれあい福祉バス (鏡山線・小田線・山浦線)	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 ■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) ■男性ふれあい広場 (老人福祉センター)	23 (天皇誕生日) ■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	3 / 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) ■男性ふれあい広場 (老人福祉センター) ■給食サービス	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) ■給食サービス
20	21 (春分の日)	22 ■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) ■障害年金無料相談会 (要予約)	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 ■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) ■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 ■ふれあい福祉バス (大野原線・伐株線・山浦線)	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)	4 / 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)

編集後記



新年明けましておめでとございます。本年も宜しくお願い致します。

今年の干支は寅です。十二支の起源は紀元前1600年頃中国で始まり、シルクロードの交易を通じて世界に広がり日本にも伝わってきました。最初、十二支の寅のポジションは獅子でした。獅子がひどい悪事を働いたので神様は、代わりに人間を守ってくれる寅を入れることにしたそうです。世界には寅年が猫や豹の国もあります。

寅年の人は前向きでチャレンジ精神が強くどんなことにも強い信念を持って挑んでいく傾向で、社交好きで周囲を楽しませることが得意なリーダータイプに適しています。これはまさしく私たちが求めている方だ！

寅年の皆さん私達に力を貸してください。(E)