

# はまだ

# 社協だより



ふれあいネットワーク



ふだんの くらしが しあわせに

## 浜田市サロンリーダー交流会 開催しました

12月3日(月)、浜田市総合福祉センターにおいて83名参加のもと開催しました。

活動紹介では、「ななちゃんサロンができるまで」殿町7町内のサロン開設について、また、「楽々会 買い物あいのりタクシー」桜ヶ丘町内の取り組みについて報告いただきました。

講義では、「高齢期をいきいきと過ごすための食生活のポイント」と題し、栄養をしっかりとバランスよく摂ることの大切さや「フレイル(心身の活力低下) 予防」について、わかりやすく楽しく学ぶことができました。

参加されたみなさんは、「今日学んだことを地域に帰って早く伝えたい！」などリーダー同士で話が盛り上がり、有意義な研修交流会となりました。



ななちゃんサロン 代表 大橋せい子さん



下府桜ヶ丘 楽々会 買い物あいのりタクシー



ふくらはぎの太さ(筋肉量の目安)を両手で測ってみよう♪



浜田市健康長寿課 山本管理栄養士のお話し

発行：社会福祉法人 浜田市社会福祉協議会

■本所・浜田支所 〒697-0016浜田市野原町859-1  
Tel:(0855)22-0094 Fax:(0855)22-6930  
E-mail: hamada-shakyo1@hamada-shakyo.com  
ホームページ: http://www.hamada-shakyo.com

■金城支所  
Tel:(0855)42-2300 Fax:(0855)42-2303  
■旭支所  
Tel:(0855)45-0188 Fax:(0855)45-0258

■弥栄支所  
Tel:(0855)48-2313 Fax:(0855)48-2416  
■三隅支所  
Tel:(0855)32-0401 Fax:(0855)32-2121

# 新年のごあいさつ

浜田市社会福祉協議会  
会長 大谷 克雄

明けましておめでとうございます。  
市民の皆さまには、お健やかに新春をお迎えのこととお慶び申し上げます。

旧年中は、本会の諸事業に対しましてご支援を賜り厚くお礼申し上げます。

さて、少子高齢化の進展や社会情勢の変化により、地域の繋がりが希薄になる中で、生活・福祉課題は複雑多岐にわたり、支援ニーズも多様化しています。

そうした中、第三次地域福祉活動計画の福祉ビジョンとして「住民主体による支え合いの地域づくり」を重点項目に掲げ、相互扶助の機運醸成に取り組んでいるところです。

今後も「誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくり」を基本理念として、更なる地域福祉の充実に努めてまいりますので、お力添えを賜りますようお願い申し上げます。

終わりに、皆様方のご健勝とご多幸をお祈り申し上げます、新年のご挨拶いたします。



## 雲城小学校 福祉体験学習

11月13日(火)、浜田市立雲城小学校4年生23名が、特別養護老人ホーム慰問のための事前学習として「高齢者との接し方」と車イス体験、ヘッドホンやゴーグルを使っての高齢者疑似体験を行ないました。

車イスに、はじめて触れる児童がほとんどで興味津々のようす。

「こんにちは!!」まずは、笑顔で元気なあいさつからはじめましょう!

最初はお互い恥ずかしそうでしたがすぐに元気な声も聞こえ、慎重に車イスを押す姿には、お年寄りへのいたわりの気持ちが感じられました。



みんな真剣に取り組みました!



### 浜田市障がい者スポーツ大会 ボウリング競技会

11月24日(土)、ポウルジャックを会場に毎年恒例のボウリング競技会を開催しました。

今年は、55名の参加者があり、障がい別にレーンを分かれ競技しました。初めてボウリング競技する方もおられ、スポーツを通じてお互いに交流を図り、親睦を深めることができました。

楽しく体を動かすことで健康増進にも繋がるこのスポーツ大会は、今年も盛会裏に終わることができました。



### あいサポート運動 街頭啓発活動

12月3日(月)、ゆめタウン浜田店において実施しました。

この活動は、12月3日から9日までの障害者週間に合わせて、障がいについての理解を深めていただくことを目的に実施しています。

当日は、障がいの特性や必要な配慮について学ぶ『あいサポート運動』の啓発チラシ等を配布しました。







## 城山大学・城山学級のお知らせ

### 城山大学 計画(1月~3月)

- 1月29日(火) 異国の文化を知ろう
- 2月26日(火) 健康料理
- 3月26日(火) 閉講式  
社協の仕事

### 城山大学・城山学級に 関する問合せ・申込み

浜田市社会福祉協議会 担当:寺井  
TEL:22-0094

※城山大学・城山学級の日程につきまして、今年度より四半期毎に掲載させていただきます。

◎城山学級	開催曜日	時間
<b>ちぎり絵手芸教室</b> 講師:大島タカ子	第1火曜日 ※1月は第2火曜日	9:00~ 11:30
<b>園芸教室</b> 講師:峠田 等	第1水曜日 ※1月は第2水曜日	9:30~ 11:30
<b>音楽教室</b> 講師:津茂谷和美	第2水曜日 ※1月は第3水曜日	10:00~ 12:00
<b>舞踊教室</b> 講師:青木 紫女	第2木曜日	9:30~ 11:50
<b>書道教室</b> 講師:森 須園	第2金曜日 ※1月、2月、3月は 第3金曜日	9:30~ 11:30
<b>陶芸教室</b> 講師:福郷 生雲	第1木曜日 第1金曜日 ※1月は第2木曜日・ 金曜日	9:30~ 15:00

## 寄付のお礼

### ■浜田市身体障害者福祉協会浜田支部へ

日本さつき盆栽協会島根石洲支部(代表 掛本忠良)様より、浜田市身体障害者福祉協会浜田支部へご寄付をいただきました。

身体障害者の福祉増進事業の財源として活用させていただきます。協会会員一同厚くお礼申し上げます。

### ■赤い羽根共同募金へ

J.A.しまね「いわみ中央ゴルフ友の会」様がチャリティーゴルフ大会を行われ、赤い羽根共同募金へご寄付をいただきました。関係者の皆さまに心よりお礼申し上げます。



## 平成30年度 山陰中央新報社会福祉事業団「愛のともしび募金」助成事業

この助成事業は、「歳末助け合い愛のともしび募金」運動に寄せられた浄財をもとに、島根県内で熱心に活動を行う団体へ必要な経費を助成し、地域の福祉向上を図ることを目的として実施されます。

- ◎対象団体: 地域において福祉活動を行なう島根県内の団体  
(NPO法人、住民組織、住民参加型市民活動団体、福祉団体、ボランティア団体等)  
※対象外となる団体もございます。
- ◎対象事業: 地域の福祉増進に寄与し、平成31年3月31日までに終了する事業(備品の整備を可)  
※対象とならない経費もございます。
- ◎助成金額: 1団体につき原則上限10万円
- ◎募集に関する詳細は、下記までお問合せください。
- ◎問い合わせ先: 島根県社会福祉協議会 地域福祉部地域福祉係(担当:森田)

TEL:0852-32-5997 FAX:0852-32-5982

### 第28回 くにびき学園西部校学園祭 開催します

- ◎日時 2月9日(土)  
9:30~15:00
- ◎開催場所 いわみーる(浜田市野原町1826-1)
- ◎開催内容
  - ・各専科学習活動発表
  - ・チャリティーバザー
  - ・学園生ステージ発表(午前中) ほか
- ◎問合せ先 くにびき学園西部校事務局  
TEL:0855-24-9336  
※実行委員会 文化部長 樋口 昌弘

### 自死遺族わかちあいのつどい

家族の思いを、共に寄り添い、気持ちを語り合える場として定期的に開催しています。自死遺族だけで運営していますのでご遠慮なくお越しください。

- ◎日時 1月19日(土)  
14:00~16:30
- ◎場所 浜田市総合福祉センター
- ◎問合せ しまね分かち合いの会・虹
- ◎事務局 090-4692-5960

### いきいき活動紹介 「弥栄地区サロン交流会」

11月20日(火)、弥栄町の老人福祉センターを会場に開催しました。講師にリハビリテーションカレッジ島根の言語聴覚士 青木耕先生をお招きし「口腔機能について」をテーマに、介護予防のためのお口の体操や飲み込みのテストをしてもらい「お口の健康」について学びました。



次に生活支援コーディネーターを交え、参加者みんなで輪になって座談会♪地域の困りごと悩みごと、サロンの取り組みについて情報交換をしました。

最後に浜田市弥栄支所 市民福祉課 保健師の吉田恵美氏から「健康について」お話ししていただき、15時からみんなでラジオ体操を行いました。(※弥栄町は30年以上前から15時に防災無線でラジオ体操が毎日放送されます。これは、全国的にも珍しい取り組みです)



こじんまりとした集まりながらも、弥栄町らしく和気あいあいとした交流会になりました。



ラジオ体操のようす♪

## 1月 心配ごと相談所/子育てサロン・広場

総合相談・心配ごと相談			
浜田	7日 月	10:00~15:00	浜田市総合福祉センター
	21日 月		
	28日 月		
金城	8日 火	10:00~12:00	さんあいホーム
旭	7日 月	10:00~12:00	旭センター
弥栄	7日 月	10:00~12:00	弥栄会館
三隅	9日 水	9:00~12:00	みすみ荘
法律相談(要予約)			
旭	17日 木	10:00~12:00	旭センター

子育てサロン・広場			
浜田	9日 水	10:00~11:30	美川幼稚園(七草粥)
	10日 木		長浜公民館(お餅つき)
	10日 木		周布公民館(今年もよろしくね!)※
	16日 水		国府公民館(五平餅作り)
	17日 木		石見公民館(豆まき)
金城	10日 木	10:00~12:00	さんあいホーム(フリースペース)
旭	15日 火	9:30~11:30	旭保健センター(フリースペース)
弥栄	16日 水	10:00~12:00	ふれあいハウス(フリースペース)
三隅	15日 火	10:00~12:00	おひさま(読み聞かせ)

※ 10日(木)、周布子育て広場は周布公民館(27-0058)への予約が必要です。

## 善意のお礼

### 11月1日~11月30日

善意のご寄付に対し、心よりお礼申し上げます。(順不同・敬称略)

#### ◇ 香典返し

- <浜田支所へ>
- 長沢町 (故) 小林 トクヨ
- 黒川町 佐々本 寿
- 吉地町 前田 正典
- 長見町 神田 博道
- 国分町 藤川 睦子
- 久代町 三明 嘉之
- 長浜町 三浦 夕三
- 津摩町 大原 忠弘
- 国分町 笹川 克昭
- 熱田町 西家 ミサヲ
- <介護保険事業へ>
- 広島県 千代延 伸
- <金城支所へ>
- 金城町 山本 忠昭

- <旭支所へ>
- 旭町 青葉 宏敏
- <弥栄支所へ>
- 弥栄町 三浦 召後
- 大阪府 日原 武毅
- 弥栄町 畑垣 毅
- 弥栄町 岩崎 崇宏
- 弥栄町 牛尾 将能
- <三隅支所へ>
- 三隅町 梅園 富美枝

#### ◇ 見舞返し

- <弥栄支所へ>
- 弥栄町 金高 繁雄

#### ◇ 福祉バス寄付

- <運行経費として>
- 長沢町 久代旅行友の会

- 金城町 雲城まちづくり委員会
- 治和町 しんちサロン
- 野原町 <にびき学園第27期  
社会文化科
- 殿町 浜田市手をつなぐ育成会  
浜田中支部
- 竹迫町 日本語ボランティア  
マリントークの会
- 港町 浜田市シルバー人材センター
- 金城町 上来原西いきいきサロン
- 金城町 七条高壮年クラブ
- 金城町 青原イキキサロンなごみの会
- 旭町 旭ふる里まつり実行委員会
- <購入積立として>
- 生湯町 <にびき園芸スマイル13
- 熱田町 ふれあいサロン8



# かなぎ



## 金城地区民生児童委員 秋の活動強化週間

金城地区民児協では、10月31日～11月7日までを秋の活動強化週間として取り組んでいます。地域や福祉施設のイベントでも大活躍の民生児童委員さんはこの時期大忙しです。

駐在さんや青パトさん、地域の方たちに見守られて登校します♪



→さざんか祭りでは、赤い羽根共同募金活動に協力！



# あさひ



## 平成30年度 ボランティア研修会



11月19日(月)、浜田市旭支所3階大会議室において開催しました。

島根大学 生涯教育推進センターの仲野 寛教授に

お越しいただき、前半は『普段着のボランティア～市民(あなた)ができるボランティアとは～』と題して講演いただきました。

後半は、交流会をワールドカフェ形式で行い地域資源の活用等について意見交換しました。

ボランティアをするには気負い過ぎず、気楽に取り組み、無理をしないことが大事とのお話して、参加者42名の方々のボランティアに対する敷居が少し低くなれば良いなと思いました。



講師：仲野 寛氏



# やさか



ボランティアセンター事業

## 粗大ゴミ搬出支援事業

11月17日(土)、安城地区社協、杵束地区社協と共同で実施しました。

この事業は地域の支え合いのもと年に一度実施し、町内の高齢で粗大ゴミの搬出が困難な方を対象としています。今年度は5世帯の支援を行いました。お家から無事に搬出が終わったことで皆さん安心して年の瀬を迎えられることと思います。



力を合わせて運び出します♪⇒



地区社協のみなさん、ご協力いただきありがとうございました。

# みすみ



浜田市高齢者クラブ連合会 三隅支部

## ハイキング大会♪

11月1日(木)、38名の参加により、石見銀山にて開催しました。

当日は、3名のガイドの方に町並みコースを案内していただき、約800メートルを1時間半かけてウォーキングをしました。

秋の紅葉を眺めながら、懐かしい文化的景観をゆっくりと歩くことで、気持ちも癒され、会員の皆さんの心と身体の健康に繋がる1日でした。



石見銀山ガイドの会の方々から歴史の奥深さを説明していただきました。