

# なす社協だより

## 那須水害20年事業



平成30年9月2日(日)、ゆめ・プラザ那須にて  
災害フォーラムin那須を開催しました。

那須水害から20年…福祉避難所というキーワードをメインに沢山の課題について考える  
時間となりました。

2ページをご覧ください。

## 那須町社会福祉協議会はこのようなことをしています

- 地域福祉の推進
- 介護保険 (ケアマネジャー・ホームヘルプ)
- 障がい福祉 (ホームヘルプ)
- 障害児者計画相談支援 (利用計画作成など)
- 地域包括支援センター (高齢者総合相談など)
- ボランティアセンター
- 障害者地域活動支援センターりんどう作業所



# 「災害フォーラムin那須」

～那須水害から20年、高齢化社会における災害対応を考える～



平成10年8月26日未明からの集中豪雨により、本町は未曾有の大きな被害を受けました。同年8月31日に「那須町水害ボランティアセンター」を設置し、約3ヶ月で延べ6,500人のボランティアの受け入れと被災者支援を行いました。このセンターの運営方法は「那須方式」と呼ばれ、その後、各地で設置・運営された災害ボランティアセンターの基礎となりました。その那須水害から20年が過ぎ、この間、豪雨、地震、噴火などの自然災害が全国各地で毎年のように発生しています。最近の被災地では、災害時要援護者リストの使い方や福祉避難所の開設や運営方法など、多くの課題が浮かび上がってきていますが、その課題の解決には至っておりません。

本フォーラムでは、このような課題を共有し、解決のヒントを見つけ、各種団体の支援ネットワークを構築して、今後の災害に対してみんなで備えられる地域づくりを目的に開催し、市町社協職員、福祉施設関係者、行政職員等約40名の参加がありました。

県内の社協や福祉施設への事前アンケートを実施、その結果を基に、様々な課題についてグループワークを行いました。

講師には、名古屋市にある特定NPO法人レスキューストックヤードの栗田暢之氏、同じく浦野 愛氏、宇都宮市の特定NPO法人とちぎボランティアネットワークの矢野正広氏によるパネルディスカッションを行い、最新の福祉避難所の状況や様々な課題を聞くことができました。

このフォーラム開催を第1歩として、各種団体や施設、社協、更には行政とネットワークの構築を進め、災害時の福祉避難所運営に役立てたいと考えています。

## 災害学習会

in那須中央中学校

平成30年9月1日(土)、那須中央中学校の全校生徒が土曜授業で、防災学習の一環として、那須水害の映像や災害時のボランティアについて講話を聞いた後、避難所での必要なもの、自分達に出来ること(役割等)について7~8人のグループに分かれ話し合い、その内容を発表しました。





継続は力なり!

# ご近所で元気にアンチ!フレイル体操



包括支援センターでは、ご近所さん同士で誰でも気軽に行うことのできる体操として「アンチフレイル体操」を地域で行っています。継続して楽しく体を動かすことは、元気な体と心を作ります。自分らしく、自立した日常生活を送ることができるよう、健康寿命を延ばしましょう!

**内容** ・リハビリの先生方(理学療法士)が考案した体操を、DVDを見ながら、椅子に座り約30分間おこないます。  
・筋肉を作るためには食事も大切です。口腔体操や専門の先生(言語聴覚士)による講話があります。

一週間に1回のペースで数ヶ月体操を続けると、体力や筋力の維持・向上に効果があり、認知症や転倒による骨折予防にもつながります。

**対象** 65歳以上の那須町在住の方。  
5名以上で、週1回~2週間に1回のペースで半年間続けられるグループ

**費用** 無料      **お問い合わせ** 那須町地域包括支援センター ☎0287(71)1138



高齢になり心身の活力(筋力、認知機能、社会とのつながりなど)が低下した状態をフレイルと言います。

フレイルは、日本語で「虚弱」と訳され、高齢者の寝たきりや要介護状態になる原因になると言われています。

早めに発見し治療や予防をすることで改善が見込めるとされています。



## 地区社協ニュース

### 大島地区社会福祉協議会

#### 見守り活動実施中!!

見守り活動とは、普段の生活の中で、無理せず出来る活動をとおして、住み慣れた地域で安心して生活できる体制づくりを住民同士のたすけ合い・支え合いで行うことです。

大島地区社協では、地域住民の協力を得て見守り活動を計画し、中原自治会・大島藤塩自治会で実施しています。

それぞれの自治会では、見守りマップを作成し定期的に見守り会議を開き地域内の情報を共有しています。今年度は穂積自治会でも取組むことになり、過日、第1回穂積地区見守り会議を開催しました。自治会長や班長さん他の協力により、無理をせず見守り(支援)活動を行っていく予定です。

また、中原自治会では、菅間記念病院の高橋先生を講師に迎え、7月7日に「認知症学習会」を開催しました。認知症って何?、どうやって対応したらいいの?など、寸劇を交えてわかり易くお話していただきました。

今後、大島地区では順次、見守り活動をすすめていきます。



見守り会議のようす(穂積自治会)



認知症学習会のようす(中原自治会)



12月31日まで/  
**10/1**から  
始まります

# 赤い羽根共同募金

皆様からのあたたかいお気持ちは、地域の福祉充実のため次のようなことに使われています。

## 町内の福祉のために

### 福祉の応援

- 地区社会福祉協議会活動の強化・支援
- 生活困窮者の支援
- 罹災者給付事業
- 母子寡婦福祉会の育成・支援



母子寡婦福祉会研修会(福祉の応援)

### 高齢者福祉

- 敬老会開催
- 老人クラブ活動の支援
- シルバー大学校同窓会活動の支援



シニア(老人クラブ)会員研修会

### 障がい者福祉

- 身体障害者福祉会の育成・支援
- 障害児者親の会の育成・支援
- 視覚障がい者の支援



障害児者親の会ミニコンサート(障がい者福祉)

## 県内民間福祉施設・団体のために

老人福祉施設、児童福祉施設、障害者福祉施設等の整備、備品・自動車の購入、団体の事業などのために使われています。

また、県域を越える災害等の準備金としても役立たれています。



## 募金の方法

### 戸別募金

各家庭を訪問し、募金を  
お願いする方法



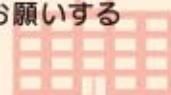
### 法人募金

法人(企業)に社会貢献  
活動の一環として協力  
いただく方法



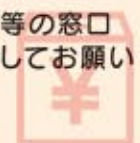
### 学校募金

学校、保育園、幼稚園を  
通じて募金をお願いする  
方法



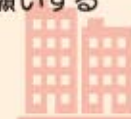
### 窓口募金

公共施設や商店等の窓口  
に募金箱を設置してお願い  
する方法。



### 職場募金

職場で募金をお願いする  
方法



### 街頭募金

街頭に立ち募金を  
呼びかける方法



今年度  
目標額

# 4,732,000円



皆様からの寄付金は、一度県の共同募金会に全額送金され、その後町社会福祉協議会や県内の施設等に配分されます。

## 歳末たすけあい募金にもご協力を!!

新たな年を迎える時期に、支援を必要とする人たちが安心して暮らすことができるよう、各種の援護事業を実施するため、共同募金運動の一環として募金活動を行うものです。





# 老人クラブだより

## 輪投げ大会

平成30年度第34回輪投げ大会が、6月12日(火)に、那須町スポーツセンターで開催されました。今年は42チーム294名の選手が参加。始式では平山幸宏町長、松中キミエ町議会議長のお二人が会場を盛り上げました。楽しい雰囲気であった試合は高得点者が続出するなど白熱した戦いとなりました。結果は伊王野長生会Bチームが優勝しました。



▲ 輪投げ大会の様子

## ペタンク大会

平成30年度第24回ペタンク大会が、7月12日(木)に、芦野山村広場で開催されました。年々、那須町でも競技人口が増えているペタンクは昨年の大会より6チームも多い52チーム215名の選手が参加し、炎天下の中、熱戦を繰り広げました。結果は富岡Bチームが優勝。会員の皆様や沢山の方々のご協力のもと、笑顔溢れる素晴らしい大会になりました。

優勝チームは10月10日(水)に宇都宮市で行われる県大会へ出場します。

**出場されるチームの皆さん、  
頑張ってください!!**



町長、  
町議会議長も  
参加しました!



▲ ペタンク大会の様子

## 那須町障害児者親の会

### 第25回 那須地区

### ふれあいスポーツ大会参加

(6/30 会場:那須町スポーツセンター)

県北地区の在宅障がい者及び福祉事業所利用者の方、約150名が参加。

スポーツを通しての交流が楽しい雰囲気の中で行われ、選手の皆さんの真剣な表情や競技後の笑顔に、たくさんのパワーをもらいました。親の会役員の皆様の協力もありスムーズに大会運営ができました。ありがとうございました。



## 平成30年度 第7回

## 見えづらさをサポートします! お役立ち講座

見えない見えづらいなど、見え方でお困りの方々の日常生活に役立つ情報や生活用品などを紹介します。関心のある方はどなたでもお気軽にお越しください。

- と き** 平成30年10月20日(土)  
午前10時～午後3時
- と ころ** 国際医療福祉大学 大田原キャンパス  
(大田原市北金丸2600-1)
- 内 容** ◆講演 株式会社ラビッド 荒川明宏 氏  
テーマ:とても便利で役立つ!視覚障がい者のスマートフォンの使い方  
◆音声パソコン、拡大読書器、キッチン用品など見えづらさを抱える人向け機器の紹介  
◆盲導犬、白杖、サウンドテーブルテニスの体験、簡単クッキングの試食会、学生コーラス部による演奏  
◆行政相談コーナー
- その他** JR那須塩原駅から会場まで送迎バスあり  
軽食(有料)も準備してお待ちしています!
- 問合せ** 国際医療福祉大学視機能療法学科  
担当:高橋・野上 ☎0287(24)3000



# 介護のための ワンポイントアドバイス

## 清拭とは? 身体の一部または全身を拭くこと

### 目的

- ・入浴が難しい場合の、体の清潔を保持する
- ・血行促進や新陳代謝を促す
- ・気持をサツパリとさせる

### 効果

- ・皮膚に付着する、古い皮膚を落とし、清潔を保持する
- ・皮膚機能を円滑に保ち、血液循環を良くする
- ・気分転換

## 温めたタオルの用意の方法

### 電子レンジが使える場合・・・

水で濡らして絞ったフェイスタオルをポリ袋に入れ、電子レンジで(500Wの場合約3分)加熱する。

### 電子レンジがない場合・・・

洗面器またはバケツに55～60℃くらいのお湯を用意しタオルを浸して絞る。



身体を拭くときには、熱すぎない適度な温度にして拭いてください。また、拭いた直後は、気化熱で寒気を感じないようにするため、乾いたタオルで抑え拭きをして水分をよく拭きとってください。

詳しい方法を知りたい場合は、お気軽にご相談下さい

## 第24回 平成30年度栃木県民福祉のつどい

平成30年8月29日(金)に宇都宮文化会館ホールにて、栃木県民福祉のつどいが開催され、次の方々が表彰されました。

### ■栃木県知事表彰

民生委員・児童委員	鈴木 健司 様
那須町社会福祉協議会	池田 智子 様
那須町社会福祉協議会	大平 友子 様
那須町社会福祉協議会	渡邊 洋子 様

### ■栃木県社会福祉協議会会長表

民生委員・児童委員	薄葉 重雄 様
民生委員・児童委員	大平 守博 様
民生委員・児童委員	洪井 幸子 様
那須町社会福祉協議会	稲沢 真希子 様
那須町社会福祉協議会	山下 里美 様

## ご寄付・善意 ありがとうございました

那須町障がい者施設支援チャリティ実行委員会様から寄付していただきました。ありがとうございました。



### 善意銀行

6月

氏名
遠藤 和 男 様
草野 勇 三 様
那須町障がい者施設支援 チャリティ実行委員会 様

### 善意銀行

7月

氏名
遠藤 和 男 様
草野 勇 三 様
那須町障がい者施設支援 チャリティ実行委員会 様

### 善意銀行

8月

氏名
遠藤 和 男 様
草野 勇 三 様
成沢スポーツ愛好会 様
伊王野ふるさとゴルフまつり 様

## 相談コーナー



### [心配ごと相談]

日常生活の心配ごとや悩みごとなどの相談に応じます。予約の必要はありませんので、相談日にお越しください。

### 開設日

10月22日,11月21日,12月20日

### 開設時間

午前10時～午後3時

### 開設場所

ゆめプラザ・那須

### 対応者

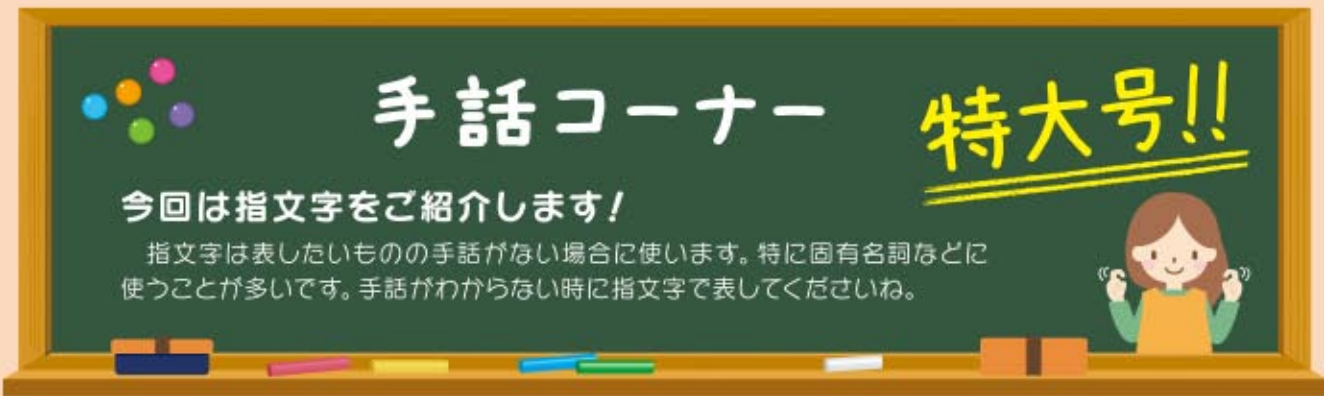
民生委員・児童委員3名

### 問合せ

那須町社会福祉協議会

☎72-5133





<small>相っこをイメージ</small>				
	<small>中指が後になるように</small>			
<small>後(自分の方)へ引く</small>				
<small>カタカナの「ン」を書きます。</small>				
			<small>親指と人差し指をつけて離す</small>	

このイラストは相手から見た形です。  
濁音は(が、ざ、だ など)自分から見て右に、半濁音(は、ひ、ふ など)は上に移動させます。  
長音(のぼす音、ビーなど)んは「|」を空書きします。  
小さい「つ」の促音、小さい「や」などの拗音は後(自分の方)へ引きます。

詳しくは ボランティアセンター係 まで!

