

なす社協だより

那須町社会福祉協議会は、
シトラスリボンプロジェクトを応援します。

窓口にて、シトラスリボン缶バッチの無料配布と医療従事者応援の募金活動をしております。



シトラスリボンプロジェクトとは、コロナ禍で生まれた偏見や差別を無くし、感染者や医療従事者、エッセンシャルワーカー（日常生活に欠かせない仕事を担っている人）の方々が、それぞれの暮らしの中で「ただいま」「おかえり」を言い合えますようにと願いをこめて、愛媛県から始まったプロジェクトです。

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）
- 障がい児者計画相談支援（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
- 障がい者地域活動支援センターりんどう作業所

地区社協ニュース

辻室地区社協

10月25日(日) 世代間交流事業として、「ご近所さん!ご家族で!地域を歩こう!!」と題し、辻室・千振自治公民館と共催でハイキングを実施しました。

このハイキングは毎年実施しており、今年はコロナ禍での開催となりましたが、感染予防を万全にし、総勢36名の方にご参加いただきました。

辻室集会施設をスタートし、地域内にある「イボとり地蔵」「豊原神社」を見学、由来の説明を聞

き、参加者の皆さん同士、のんびり交流しながら旧朝日小学校「まちづくり広場」までのコース約4kmを歩きました。

新型コロナウイルスの影響で外出する機会が減り、ご近所さんと話す機会も少なくなり、久々の再会に「元気だった?」「ふれあいルームがなくて寂しい」や「来年はどこ歩くの?」など、ちょっと気の早い声も聞かれました。皆さんの笑顔が印象的な一日でした。



寄居地区社協

11月29日(日) 小地域福祉活動計画に掲げる「お互いに助け合い、地域生活の質が向上する」を目標に、見守り・防災活動の一環として防災散歩を実施しました。

寄居地区を上・中・下と3つのグループに分けて自らの足で歩き、昨年の台風19号で被災した場所

の確認や、あらたに土砂崩れや洪水の危険性がある箇所での現地調査を行いました。

今後は、それらの写真を用いて寄居地区版防災マップとしてまとめあげていく予定です。寄居地区では、今後も安心・安全に繋がる活動を行っていきます。



▲ 明神294号線 土砂崩れ復旧の様子



▲ 脇沢 台風19号の際に土砂等が堆積し、氾濫した用水路

黒田原地区社協

昨年に引き続き黒田原地区では、全自治会での実施を目標に、見守りマップの作成と更新を行っています。令和2年現在は、第1自治会（音羽町）・第2自治会（幸町）・第3自治会（本町）・第4自治会（相生町）・第8自治会（下川・小羽入方面）・第11自治会（西大久保）地区において実施しており、ご近所の同士のちょっとした気づかいや日常生活の中での見守りで、皆さんが安心して暮らし続けることができる黒田原を目指します。



保存版

2020年

黒田原地区ふれあい見守り活動

黒田原地区社協では自治会と協力し、見守り活動を実施しています。この地区に住む皆さんが、「安心して」「健康に」暮らし続けることができるよう、住民全員のちょっとしたきづかいで、見守り活動を行いましょ。

～ 見守り活動ってどんなこと?? ～

- ① 気になる隣近所の方を、普段の生活の関わりの中で見守りましょう。
- ② 洗濯物が干しっぱなし、電気が点かないなど
- ③ カーテンや雨戸の開閉がみられないなど
- ④ 地区の行事への参加を呼びかけましょう。
- ⑤ 回覧板を届ける際、顔を見て声かけします。
- ⑥ 災害時等にはご近所の方に声かけをしましょう。



心配なこと、気になったこと、あれ?と思うときは、ご連絡ください。
○那須町社会福祉協議会
電話:0287-72-5133

黒田原地区社会福祉協議会

稲沢地区社協

今年から、稲沢沼野井自主防災会と合同で、稲沢・沼野井地区見守りマップを作成しています。このマップは適時更新していき、普段の生活の中で見守りができる環境を作り、災害が起きた際には、支援の必要な方の逃げ遅れなどが無い体制づくりを考えていきます。この活動を通して地区の皆さんが安心して暮らせるよう努めて参りますのでご協力を宜しくお願いします。



池田地区社協

9月25日（金）推進委員及び地区社協理事を対象に池田地区見守り・防災活動学習会を開催しました。

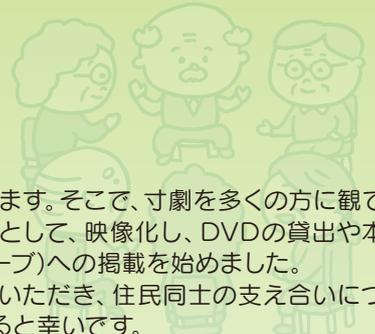
講師に大島地区社協会長の 大島健一氏と中原自治会長の 大島栄次氏をお招きし、地区で実施している見守り防災活動の取り組みについて、話していただきました。

今後は大島地区の取り組みを参考にしつつ、池田地区でも見守りや防災に関する取り組みをしていきたいと考えていますので、ご協力をよろしくお願い致します。



那須町生活支援体制整備協議会

なすあった会



なすあった会では、誰もが住み慣れた地域で、いつまでも自分らしく安心して暮らすために必要な、住民同士の支え合いを広げるための活動をしています。これまでに、地域のふれあいルーム等に向向き、「こんな地域は嫌だ」と「こんな地域に住みたい」の寸劇を披露してきました。しかし、現在は新型コロナウイルス感染症の影響を受け、地域に向向くことが

できない状況が続いています。そこで、寸劇を多くの方に観ていただくための取り組みとして、映像化し、DVDの貸出や本会のYouTube(ユーチューブ)への掲載を始めました。

寸劇の映像を活用していただき、住民同士の支え合いについて考えるきっかけになると幸いです。

興味のある方は本会まで、問い合わせください。



「こんな地域に住みたい」
一人暮らしになったおばあさんを気に掛け、近所の方々が訪れている場面



「こんな地域は嫌だ」
地域に頼れる方がいないおばあさんが自分で電球交換を行おうとして、転ってしまった場面

近隣3地区社協情報交換連絡会 高久・田代・室野井地区の 様子を紹介!!



話し合い
の流れ

3地区で共通する地域福祉課題について情報交換を行う。

30、40代の方々で地区社協の活動を知らない方が多いのと社協会費を納めてくれる方が少ないとの課題が出てくる。

地区社協の活動を知ってもらうためにも、広報は必要との意見があったが、文章作りが億劫だったり、どうい内容を書いたらいいのか難しかったりしたことから、この会で地区社協だよりを自由に作成してみようかと意見が出る。

今回は、模擬地区社協だより作成(体験)をすることに。

地域に関係なく、グループに分かれ、模擬地区社協だよりを作成しました。



写真が多いと、
興味を惹くよね



みんなでやれば、文章
作りが楽しい

1時間30分で地区社協
だよりができた

地域包括支援センター

11月21日(土) ゆめプラザ那須で『認知症ケア研修会』を開催しました。



コロナ禍のため時間と参加人数を縮小し、午前と午後の部に分け、密の状態を避けて行いました。

こだま社会福祉士事務所 児玉 幸弘先生をお招きし、『「わたし」が決める、わたしの生き方』を題に、認知症になる前から考えておいた方がよいことや利用できる制度についてお話がありました。



普段から家族と話し合っておくことや、自分自身が制度を理解して選択、決定していくことが大切です。

参加者の声

何をどう、誰に委ねればよいかわからず、漠然としておりましたが、現実としてとらえることができました。



介護のためのワンポイントアドバイス

寒さが厳しくなり、暖房器具が欠かせない時期です。今回は真冬に起こりやすいヒートショックについて考えていきましょう。ヒートショックは急な温度の変化によって起こるショック症状です。冬の入浴時が一番危険といわれています。



暖かい部屋

血圧安定



寒い脱衣所

冷たい空気に触れ、血管が収縮し血圧が急上昇



寒い浴室

浴室の冷たいタイルなどを直接肌で感じ、さらに血圧が上昇



暖かい湯につかる

血管が膨張し血圧が急低下

このように、激しい温度の変化によって起こる血圧の乱高下に耐えられずショックが起こります。



- 脱衣所に暖房器具を設置し入浴前に暖めておく。
- 風呂のふたを開け、湯気で浴室を暖めておく。
- お湯の温度は41℃以下にする。
- まずは足からかけ湯をし、浸かるときは半身浴からゆっくりと温度に慣れていく。
- 食事後や飲酒後の入浴は一時間以上時間をおく。

ヒートショックは、心肺機能が低下し血管がもろくなる高齢の方に多い傾向がありますが、若い方や健康な方でも起こる可能性があります。対策をし、家族同士で気を付けましょう。

ボランティアセンター



心に響くボランティア講座

地域生活支援ボランティア養成講座を開催!

ひとり暮らし高齢者や生活困窮者の増加に伴い、ちょっとした困りごとがある方を手助けしてくれる方の必要性が高まっており、地域における住民主体による支え合い活動の担い手となるボランティアを養成することを目的に、全3回で開催し、国際医療福祉大学准教授大石剛史先生のご指導のもと、34名が参加しました。

1日目



ボランティアの必要とされる背景や現状をふまえた知識を学びました。大石先生による講演やなすあつた会作成の「こんな地域に住みたい・こんな地域は嫌だ」をテーマとした寸劇の映像を観て、意見交換を行い、「寸劇のように上手くはいかないかもしれないけど、そんな支えあいができたらいいな!」といった感想がありました。



2日目



「庭木の手入れ・話し相手・ついで買い物」といった実際にあり得る困りごとを題材とした助け合いゲームの体験を行いました。

ゲームを進める中で挙げた実施できそうな活動や難しい活動を整理したことで、ボランティア活動のイメージと実際に取り組むことが出来るのではないかといった思いを膨らませるような会となりました。



3日目



2日目に整理したグループごとの実施できそうな活動を基に、地域にある困りごとに対し、住民が主体となってボランティアを調整する生活支援ボランティアのコーディネート体験ゲームを行いました。

講座の最後に大石先生から、「不安なことはたくさんあるかもしれないが、まずはやってみることが大切。小さく始めて、課題を解決しながら大きく育てることが生活支援ボランティアのポイントです。」と講評をいただきました。

手話コーナー

詳しくは、
ボランティアセンター係まで

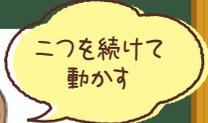


① 寒い



両腕と体を縮こませ、細かく左右に震わせる

② 雪



(白)右手人差し指で歯を指せし右ハスライドさせる
人差し指と親指をくっつけたOKの手を揺らしながら下へ下す

③ 餅・餅つき



杵を持つように両手を握り、振り下ろす

④ みかん



指先を上に向けて軽く丸めた左手の指先と、右手の指先をくっつけて、左手の形に添って下へ下ろす

ご寄付ありがとうございました

善意銀行	9月	善意銀行	10月	善意銀行	11月
遠藤和男様	遠藤和男様	遠藤和男様	遠藤和男様	遠藤和男様	遠藤和男様
草野勇三様	草野勇三様	草野勇三様	草野勇三様	草野勇三様	草野勇三様
大森兼義様	大森兼義様	大森兼義様	大森兼義様	大森兼義様	大森兼義様
新谷スエ子様	那須町商工会 女性部 様	結の会 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**
1月20日, 2月22日, 3月22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

りんどう作業所通信

■ 問合せ

りんどう作業所

住所/那須町大字寺子丙4-70 ゆうゆうセンター内

電話/0287-72-0362

11月13日(金)ゆめプラザ・那須にて、30周年記念式典を開催しました。長年にわたり、ご寄付やボランティアとしてご協力くださった方々に感謝状や記念品を贈らせていただきました。記念品は利用者が作成したさをり織りや木工製品です。1つ1つ感謝の気持ちを込めて作成しました。

30周年を迎えることができましたのも、長年にわたって温かくご支援いただきました多くの方々のお陰だと、心から感謝申し上げます。今後も、だれもが安心して暮らせるまちづくりを実現させるために努めて参りますのでよろしくお願いいたします。



令和2年度 特別会員へのご協力ありがとうございます。

- 器の店 遊クラフト
- 株式会社 ケイエムシー
- 社会福祉法人イースターヴィレッジ聖園那須老人ホーム
- JAなすのサービス株式会社オートパル那須
- 那須興業株式会社
- 那須中央観光バス株式会社
- 那須野農業協同組合 那須支店
- 特定非営利活動法人 つなぎ
- 特別養護老人ホーム寿山荘那須
- 特別養護老人ホームなすの苑
- 特別養護老人ホームゆたか苑
- フロレンス那須
- マ・メゾン光星
- 有限会社イナバ
- 和洋創作ダイニングこまつや

特別会費 一口 3,000円

皆様にご協力いただいた会費は、那須町の地域福祉事業等を支える貴重な財源として活用させていただきます。施設や事業所等からの特別会員を随時受け付けておりますので、ご理解とご協力をお願いいたします。