



WELFARE MINABE

福祉みなべ

笑顔と健康 ふれあう心で福祉のまちを

MONTHLY
2017

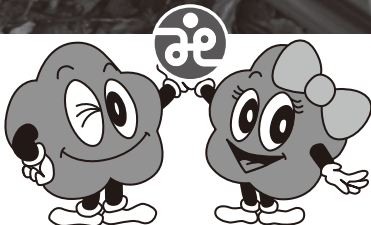
11



写真：清川保育所 親子遠足

CONTENTS

赤い羽根共同募金	2
徒歩徒歩取材日記	3
デイサービスだより	4
自宅でできるリハビリ	5
福祉カレンダー・貸出用福祉用具在庫情報	6-7
福祉お知らせ～INFORMATION～	8



社会福祉法人 みなべ町社会福祉協議会

〒645-0002 和歌山県日高郡みなべ町芝 447-2 TEL：0739-72-5611 FAX：0739-72-5610
E-mail：minabeshakyo@wakayamanet.or.jp ホームページ：http://www.wakayamanet.or.jp/minabeshakyo/

南部川支所

〒645-0021 和歌山県日高郡みなべ町東本庄100 TEL：0739-74-3069 FAX：0739-74-8013

みなべ町を良くするしくみ。 赤い羽根共同募金



～街頭募金にご協力ありがとうございました～

おかげさまで70周年



◆1東岩代八幡神社秋祭り◆2・3南部小学校ボランティアのみんな(オークワ前)

10月初旬から末にかけて、赤い羽根共同募金運動の一環として、各地域の秋祭りにて街頭募金運動を実施しました。

街頭募金にご協力を頂いた皆さん、街頭募金活動にご参加いただきました福祉委員・民生委員・南部小学校の皆さんに厚くお礼を申し上げます。

ご協力頂きました募金は、地域の福祉活動に役立てられます。



11月5日は 津波防災の日 世界津波の日

津波防災の日とは？

2011年3月の東日本大震災で甚大な津波被害が発生したことから津波防災の意識を高める為に創設された新しい日本での記念日です。

なぜ11月5日？

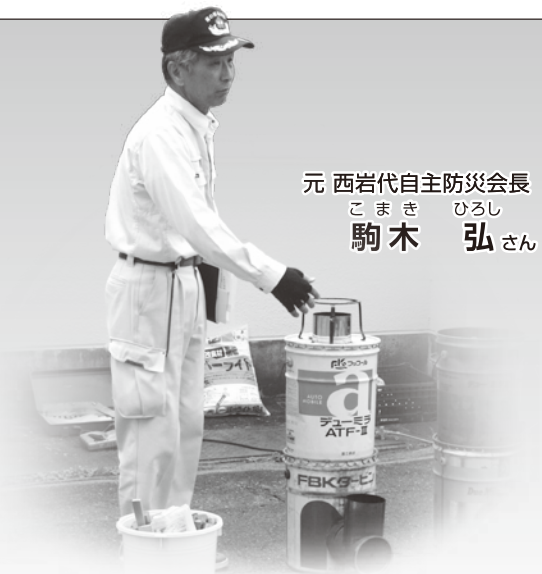
安政元年(1854年)11月5日に和歌山県で起きた大津波の際に、庄屋・浜口梧陵が稲むらに火をつけることで早期に警報を発し、避難させたことにより村民の命を救った「稲むらの火」の逸話に由来しています。

「世界津波の日」も同日なのは どうして？

2015年12月に行われた国連総会で、早期警報と伝統的知識の活用によって人々の命が救われた成功例にちなんだ日であってほしいとの願いに基づき、11月5日を「世界津波の日」として制定することになりました。

海岸近くで揺れを感じたら
高いところへ!!





元 西岩代自主防災会長
こまき ひろし
駒木 弘さん

みなべ **たくたく**
徒歩徒歩…
取材日記

地域を元気にしている人たちを訪ね
その活動や思いをご紹介します。

今回のテーマは

命の次に大切な水

6年間西岩代の自主防災会長を務めた駒木 弘さん(西岩代)。井戸水を飲料水にするプロジェクトや炊き出し訓練を行ってきました。会長を退いた現在もロケットストーブを用いて地域の防災意識を高める活動をされています。今回は活動されている中で感じた災害時の水の大切さや今後の活動についてお話を聞かせていただきました。

○ **どのような活動をされてきたのですか？**

災害時の飲み水を確保するために、西岩代にある井戸の水質調査を行いました。
また、西岩代を4地区に分け、ロケットストーブを用いた炊き出し訓練も行いました。

○ **なぜ水質調査を行ったのですか？**

2004年10月23日に発生した新潟県中越地震の災害ボランティアへ、梅の里救助隊の隊員として参加し、そこで命を守る為に水がとても重要なことに気づかされました。有難いことに西岩代には井戸がたくさんあります。飲み水にしておけば災害時にも助かるだろうと思い、調査を行いました。飲料水不適と分かった井戸は、水中ポンプで沈殿物の汲み取り作業を行い、水質改善に努めました。

○ **水が重要だと感じたのはなぜですか？**

水の大切さを被災者から伺ったこと、そして西岩代は水源地から遠く、水道管が南部川を渡り千里ヶ浜や山中を通っているという事実を知り、災害時には断水し、復旧にも時間がかかる可能性が高いのではないかと考えた為です。救援物資が届くまで、水道が復旧するまでは自分達で何とかするしかありません。

○ **地域の人々に伝えたいことはありますか？**

水や食料を貯えておくことはもちろん、また、水の配給時に使用する容器も用意しておきましょう。その他に、自分自身の避難する場所を事前に把握し、避難所までの経路を最低3コースは考えておくことが大事だと思います。

○ **今後はどのような活動をされたいですか？**

水の大切さを伝えつつ、ロケットストーブを用いた炊き出し訓練や希望者があればロケットストーブの作り方の講習会を行いたいと考えています。
防災について一人ひとりが関心を持ってもらえるようにしていきたいです。

※ ロケットストーブって何？

使用済みのペール缶を利用して作る事ができ、木屑などを燃料に使い、災害時には炊き出しや暖房の器具として活用することができる優れものです。

利点

- ・手軽で安価に造れる
- ・熱効率が良い
- ・煙や残灰が少量



デイサービスだより

ゆうゆう館 スポーツの秋ということで、昨年に引き続き運動会を行いました。今年も紅白にわかれての真剣勝負です。紅白のはちまきを身に付けると早くも熱気ムンムンです。

開会宣言の後、準備体操を行い、すぐさま第一種目の競技「綱引き」です。通常の綱引きではなく綱の先にカゴをくり付けお手玉を入れられないよう早く綱を引く競技で、このようにゆうゆうオリジナルの種目で競い合います。

その後も玉入れやパン食い競争といった競技をこなし気が付けば勝負はもつれ最終の「くす玉割り」で勝った方が優勝と言う大一番!普段は物静かな利用者さんも勝負となると目の色が変わり、「おじゃ!」とくす玉めがけてお手玉を投げつけていました。

結果は僅差で白組が勝ち、表彰状とトロフィーが白組キャプテンに贈呈されました。今年の運動会も大盛り上がりでした。

(留場 健)



WITH
THE
KYUSHU

平成29年九州北部豪雨災害義援金のご協力ありがとうございました

平成29年7月5日から6日にかけて、九州北部で発生した集中豪雨により被災された方々を支援するため、みなべ町共同募金会では、はあと館、ふれあいセンター、役場窓口に募金箱を設置し、義援金を募集してきました。

9月末までに皆様にご協力頂いた義援金は **合計12,703円** となりました。

これらの義援金は福岡県共同募金会を通じて、全額送金させて頂きました。

皆様方のご協力、誠にありがとうございました。

地域で支える子どもの居場所 ～こども食堂～

社会福祉法人桃郷(ももさと)では、平成5年から、紀の川市に児童発達支援センターや放課後等デイサービスを運営し、平成24年より、地域貢献の一環として「夏休み中の子どもの居場所づくり」に取り組まれています。

昨年からは、地区の区民会館を会場にした「こども食堂」を夏休み期間中に2回(皆で食卓を囲みいただきます)開催しています。こども食堂は、法人役員が所属している地元のボランティアスタッフの協力を得て調理等を行うとともに、元塾講師による学習支援、元教授による工作指導など、多くの人財及び地域住民により支えられています。

子どもが多くの人と関わり、学び、社会の荒波に負けない強い心を持てるようになることを目指して運営されています。



お問合せ先

社会福祉法人 桃郷 TEL:0736-66-0995

●詳しくは、「福祉わかやま第364号(平成29年11月1日発行)」(インターネット)でご覧いただけます。
<http://www.wakayamakenshakyo.or.jp/>



自宅でできるリハビリ

【肩こり編】

＜肩こりにいい運動の巻＞パート2



「肩こり」では、内臓疾患や頸椎疾患等でも起こってきますが、不良姿勢及びストレス等で起こってくる肩こりに対する運動療法を紹介させていただきたいと思います。今回は肩甲骨の周囲にある筋肉のストレッチングです。



①

肩こりがある方の腕を斜め後ろに伸ばし、反対側の手で肩こりがある方の肩を押えます。



②

①の姿勢を保ったまま首を肩こりと反対側に倒し軽く顎を引きます。



体操1

③

②の姿勢から顎を肩こりと反対側の方につけるように首をまわします。少し筋肉が張る所で20秒間保持します。



悪い例1

姿勢を保持するときに身体が曲がってしまっている。



悪い例2

姿勢を保持するときに肩が上がってしまっている。



体操2

③

②の姿勢から肩こりと反対側の耳を肩より前に出すように首をまわします。少し筋肉が張る所で20秒間保持します。

効果 首から肩甲骨かけての筋肉を伸ばすことで肩関節周囲の筋肉がほぐれ、肩や腕が動かしやすくなり、肩こりを軽減する効果があります。

ポイント あまり力を入れすぎないようにリラックスして行うようにしましょう。

☆回数は、それぞれ3回程度行いましょう。

☆頻度は、1日2～3回行いましょう。

注意点 あまりのばしすぎないように心地よい程度で筋肉を伸ばすようにしましょう。

次回は作業療法士である伊山佳世子の【便利な道具を紹介します編】ですので、来月もぜひ読んでくださいね。

みなべ町訪問看護ステーション 理学療法士 大原一哉

譲ります譲ってください掲示板

使わないけれど処分するのはもったいない、でもいつ使う時が来るのか分からない、もし誰かに使ってもらえたら嬉しいと思うものはありませんか？

みなべ町社協では譲りたい人と譲ってほしい人をつなぐリサイクル運動を行っています。家庭などで要らなくなった、または譲って欲しいと思う物を「リサイクル掲示板」で有効活用しませんか？

対象品目：家具類、家電製品、介護・ベビー用品

◎お譲りいただける方は、みなべ町社会福祉協議会(TEL:72-5611)までご連絡お願いいたします。

譲ってください

●ドライヤー

古くても使用可能であれば大丈夫です。



土曜日 Saturday	日曜日 Sunday								
<p>4</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>虹</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	梅の里(特養)	<p>5</p> <p>・津波防災の日 ・世界津波の日</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>休み</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	梅の里(特養)
南部	虹								
南部川	梅の里(特養)								
南部	休み								
南部川	梅の里(特養)								
<p>11</p> <p>・介護の日</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>虹</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	梅の里(特養)	<p>12</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>休み</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	梅の里(特養)
南部	虹								
南部川	梅の里(特養)								
南部	休み								
南部川	梅の里(特養)								
<p>18</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>虹</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	梅の里(特養)	<p>19</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>休み</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	梅の里(特養)
南部	虹								
南部川	梅の里(特養)								
南部	休み								
南部川	梅の里(特養)								
<p>25</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>虹</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	梅の里(特養)	<p>26</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>休み</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>梅の里(特養)</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	梅の里(特養)
南部	虹								
南部川	梅の里(特養)								
南部	休み								
南部川	梅の里(特養)								
<p>11月11日は介護の日</p> <p>介護についての理解と認識を深め、介護従事者、介護サービス利用者とその家族等を支援するとともに地域社会における支え合いや交流を促進する日です。</p>									

貸出用福祉用具在庫状況



はあと館

平成29年10月20日現在

●ベッド(手動)	1	●杖	5
●車いす	13	●松葉杖	5
●車いす(ふれ愛センター)	4	●ポータブルトイレ	2
●エアーマット	12	●シャワーチェア	2
●体位変換マット	3	●吸引器	1

※貸出期間は原則3ヶ月です。

貸出用ベビーシート在庫状況

ベビーシート	0
チャイルドシート	1

数字でみるみなべ町の福祉

〔平成29年9月末現在(前月比)〕

みなべ町人口 <small>(外国人含めた集計)</small>	13,094人 (-13人)
65歳以上の高齢者	3,983人 (+4人)
高齢化率	30.4% (±0%)
ボランティア保険加入者数	386人 (+12人)

ボランティア保険とは?

国内の様々なボランティア活動に対応した保険です。

	保険料(掛金)	
	基本プラン	天災プラン
Aプラン	350円	510円
Bプラン	500円	710円

※天災プランは地震・噴火・津波に対応した保険です。

社協各事業所連絡先

■はあと館 芝447番地2

事務所・ヘルパー・ケアマネージャー
TEL.72-5611・FAX.72-5610

訪問看護ステーション
TEL.72-1377・FAX.72-5610

■ゆうゆう館 埴田1444-1

TEL.72-5900・FAX.72-5901

■南部川支所(ふれ愛センター内)

事務所・ケアマネージャー・デイサービス
TEL.74-3069・FAX.74-8013

福祉カレンダー 2017 11月

月曜日 Monday	火曜日 Tuesday	水曜日 Wednesday	木曜日 Thursday	金曜日 Friday
		1 ●手話教室 (19:30~21:00・南部公民館)	2	3 文化の日
		■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
6	7	8	9	10 ●おれんじの日 ふれ愛喫茶 (13:30~15:00 ふれ愛センター)
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛・梅の里(特養)	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛
13	14	15	16	17
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛・梅の里(特養)	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛
20	21	22	23 勤労感謝の日	24
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛・梅の里(特養)	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛
27	28 ●弁護士による法律相談 (13:30~15:00・はあと館)	29	30	
■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ボランティア 南部川 ふれ愛・梅の里(特養)	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	

11月ふくし

トピックス

あいあいKIDSルーム



左から <北海道> 二葉 陽都 くん (1歳)
 <東本庄> 岡崎 梓紗 ちゃん (3歳)
 <東本庄> 岡崎 友汰 くん (1歳)
 <東本庄> 尾田 大河 くん (1歳)

お母さん達からひとこと：みんなと仲良く元気に育ってね。

今月の福祉キーワード

弁護士による 無料法律相談

鈴木一正 弁護士



と き **11月28日(火)**
13:30~15:00

ところ 社会福祉センターはあと館

受付人数 6人程度

予約受付 **11月1日(水)~**

善意銀行だより

平成29年9月1日~30日まで
 了承を頂いた方を掲載しています。

次の方々から善意のご寄付を頂きました。

【満中陰に際し】

小倉 国彦 様	東本庄 亡 父 .. 栄一郎
山本 庄司 様	清川 亡 妻 .. 道子
山ノ内健次 様	山内 亡 父 .. 春松
磯崎美佐子 様	埴田 亡 母 .. スミエ
田野 信実 様	東田辺陽市 亡 父 .. 賢治
三ツ森 功 様	谷口 亡 母 .. 八重子

皆さまから頂いた温かいご寄付は、地域福祉に役立たせて頂きます。誠にありがとうございました。