



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
2019

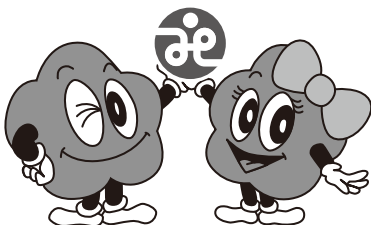
7



写真：高城保育所～梅ジュースづくり～

CONTENTS

徒歩徒歩取材日記	2	作業療法だより	5
夏のボランティア体験	3	福祉カレンダー・貸出用福祉用具在庫情報	6-7
デイサービスだより	4	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 ^アく^アく
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
食で広がる笑顔

猪瀬 朝子さん
(北道〈出身:茨城県古河市〉)

野菜・果物の魅力を発信する野菜ソムリエプロとして活動している猪瀬朝子さん。目指すきっかけとなったのは自身の健康上の経験からでした。梅の収穫体験を機に、母親の故郷に似ているみなべ町に惹かれ移住し、食で笑顔の輪が広がればと願い活動している彼女の思いを取材しました。

○ **健康になりたい!**

茨城県にいた時、体調の優れない日が多い時期があり、その頃から健康について考え始めるようになりました。

野菜が健康に良いことは知っていましたが、具体的に何かどの様に良いのか知りませんでした。健康の為にも、もっと野菜について知りたい、自分の周りの人にアドバイスできるくらいの知識を身に付けたいと思っていた時に見つけたのが“野菜ソムリエ”です。私のやりたいことにマッチしており、見つけた瞬間に「これだ!」と思いました。

野菜ソムリエとは野菜・果物の知識を身に付け、その魅力や価値を社会に広めることができるスペシャリストです。私は野菜ソムリエプロとして自宅でも作りやすいレシピの考案やイベントなどを行っています。

○ **食がみんなの中心に**

今まで、旬の野菜・果物にスポットを当てたランチ会形式の食べ比べ教室などを行ってきました。食べながら話しながら、なによりも楽しいと感じられる教室になるように工夫してきました。食を通して初対面の人同士が仲良くなり、みんなが笑顔になっている姿を見るとやりにかいます。

私にとって「食」とはコミュニケーションツールであり幸せを運ぶものだと思います。おいしいものを食べている時人は自然と笑顔になると思うんです。その人にとっての“おいしい”を見つけ幸せを感じてほしいと思い活動しています。

今後は「食」に関心を持ってもらえるようなきっかけづくりをみなべ町内でも行っていけたらなと思っています。そして「食」を通して、年齢や性別を超えた笑顔の輪が広がっていきな嬉しいです。



左)猪瀬朝子さん
右)吉野健一さん(野菜ソムリエプロ)

梅の魅力発信

昨年4月、アンテナショップ下北沢ミュージム梅ラボにて小山農園さんの梅干し・梅加工品の販売会がありプレゼンターとして行ってきました。プチ講座も行い、梅の知識や魅力を知ってもらういい機会になりました。

学びがいっぱい 楽しいがいっぱい 夏のボランティア体験 2019 7/23～8/30



「やってみたいけど不安」「興味はあってもきっかけがつかめない」
そんな風に思っている方、
この夏は思い切ってボランティア活動をしてみませんか？
ボランティアには人との出会い、新たな発見がたくさんあります！
あなたの参加、お待ちしております♪（対象：中学生以上の方）

■子どもと関われるボランティアがしたい！（保育所・こども園・幼稚園）

内容 子どもの安全を見守りながら一緒に遊んだり、絵本の読み聞かせやプール遊びのお手伝いなどのボランティアです。

活動場所	募集期間	体験時間	
愛之園保育園	7月23日～8月 8日	①9:00～12:00	
南部保育所	7月23日～8月30日	①8:30～16:00	②8:00～12:00
上南部こども園	7月23日～8月30日	①8:00～16:00	②8:00～11:00
高城保育所	7月23日～8月30日	①8:00～16:00	②8:00～11:00
清川保育所	7月23日～8月30日	①9:00～11:00	
南部幼稚園	7月23日、8月1・5・7・8日	①8:00～11:30	②8:00～14:00

■お年寄りと関われるボランティアがしたい！（高齢者福祉施設）

内容 お年寄りと一緒にレクリエーションをしたり、お話し相手のボランティアです。

活動場所	募集期間	体験時間	
ときわ寮梅の里デイサービス	8月 6日～8月 7日	① 9:00～15:00	
デイサービスセンター 虹	7月23日～8月30日	①10:00～16:00	②10:00～12:00
梅香丘温泉グループホーム	8月 1日～8月23日	① 9:00～15:00	② 9:00～12:00
イクル・デイサービスセンター	7月23日～8月30日	① 9:00～15:00	② 9:00～12:00
デイサービスセンター ゆうゆう館	7月23日～8月30日	① 9:00～16:00	② 9:00～12:00
ふれ愛センター デイサービス	8月 1日～8月30日	① 9:00～17:00	② 9:00～12:00

夏祭りボランティアも募集中！

- 内 容** 準備や片づけ模擬店のボランティアです。
- 活動場所** ①愛之園保育園 7月27日(土) 17:00～19:00
②ふれ愛センター(認知症カフェおれんじの日)
8月 9日(金) 9:00～15:00

お問い合わせ・申し込み先

みなべ町社会福祉協議会
(ボランティアセンター)

TEL 72-5611 担当:橋本

※受入日・時間・受け入れ人数などについて施設ごとに異なります。
詳しくはみなべ町社協HPをご覧ください。 <http://www.wakayamanet.or.jp/minabeshakyo/>

サバメシ

サバメシ(サバイバル飯)=非常時の食事もしもの時に役立つレシピを紹介します。

フライパンひとつで! カレーピラフ



レシピ
考案

野菜ソムリエプロ
いのせともこ
猪瀬朝子さん

コツ・ポイント

- ① フライパンひとつで完結し、お米を研がずに使うので少ない水で調理でき、洗い物も少なく済みます。
- ② 炊き上がりが硬いと感じたら、水100mlを加えて弱めの中火でさらに5分炊き、10分蒸らしてください。

作り方

1. タマネギはみじん切りに、ウイナーソーセージは5ミリくらいの厚さに切る。カレールー(固形の場合)は薄く切り、さらに細かく切っておく。
2. フライパンに油をひいて火をつけ、弱めの中火でタマネギを炒める。タマネギが透き通ってきたら米を入れ、米が透き通ってくるまで炒める。
3. 「2.」のフライパンにミックスベジタブルとウイナーソーセージを加え軽く炒める。水とコンソメを入れひと混ぜしたら蓋をして中火で一度沸騰させ、10秒ほど強火にした後、極弱火にする。
4. カレールーを加えよく溶かし再び蓋をして、弱火で10分炊き、最後に10秒強火にして火を止め、10分蒸らす。

材料(2人分)

米	2合	※研がずに使います
水	2カップ	(400ml)
油	大さじ1	
タマネギ	1/2個	
ミックスベジタブル	100g	
ウイナーソーセージ	80g	
洋風スープの素(顆粒)	小さじ1	
カレールー	35g	

デイサービスだより

ゆうゆう館(北谷好史)

ゆうゆう館では田辺の高山寺にお出かけレクを行いました。その日は梅雨の中休みで大変いいお天気で心地よい風も吹いていました。境内を散策しお参りを済ませたあとはお楽しみのおやつタイム。木陰でいつもとは違う雰囲気の中、わいわいと皆さんおやつを楽しまれました。

また6月7日には愛之園保育園の園児たちが「花の日」ということで花束を持ってきてくれました。かわいいお客さんのプレゼントにご利用さんも皆さん笑顔で喜ばれていました。

ふれ愛センター(泰地大和)

5/22(水)~5/24(金)の3日間で、上南部中学校2年生の職場体験学習があり2名の生徒さんの受け入れをさせていただきました。お年寄りのお世話をするのは初めてで緊張している感じでしたが、元氣よく笑顔で接してくれていて、レクリエーションのゲームや体操などにも一緒に参加していただきました。利用者の皆さんもお孫さんと話をするような感じで嬉しそうに話しかけられたりして喜ばれていました。

生徒さんたちには、今後に少しでも役に立つ体験であつたらうれしく思います。



作業療法だより



昨年4月に引き続き、5月10日のおれんじの日（認知症カフェ）を「いきいき元気になら! 体操」というテーマで担当させて頂きました。今回は、体操の前にリアリティ・オリエンテーションや回想を交えた“伊山の小話”をさせて頂きました。

リアリティオリエンテーション（現実見当識訓練）とは

認知症に対する薬を使わない治療法の一つです。認知症では、日時や曜日、季節、自分のいる場所、人間関係などが正しく理解できなくなる見当識障害が起こりやすくなります。この障害されている見当識を補い、現実の理解を深めることで、「認知症の症状の改善につながる」「コミュニケーションが深まる」などの効果が期待できます。

方 法

- 普段の会話や身の回りのお世話の時などに、**時間・場所・季節・天気**などを自然なかたちで伝えます。
- 言葉で伝えるだけでなく、**時計やカレンダー、季節の花や食材、年中行事**に関するものを用いると効果的です。

例

カレンダーを見ながら、
「今日は〇月〇日ですね。もうすぐお盆ですね。」
時計を見ながら、
「3時のお茶の時間ですね。」
きゅうりやナス、トマトなどを手にしながら、
「きゅうりやナスがおいしい季節ですね。」…など。



注 意 点

- 普段の会話の中にさりげなく取り入れるようにしましょう。
「今日は何月何日かわかりますか?」「今どこにいるかわかりますか?」「私が誰かわかりますか?」などの試すような質問や、思い出すことを強制することはやめましょう。
- 見当識障害が目に見えて改善するということは少ないかもしれません。**小さな変化が大きな達成**です。変化を意識しながら会話を楽しんで下さい。
- 対象となるのは、初期段階の認知症の方、言語障害がない方、最近のことは忘れやすいけれど、昔のことは思い出すことができる方です。

ぜひ、毎日の会話に取り入れてみて下さい。
来月もぜひ読んで下さいね。

みなべ町訪問看護ステーション 作業療法士 伊山佳世子
今回は【脳卒中後遺症編】の＜感覚障害にいい運動パート1の巻＞です

はじめよう! 福祉の仕事

福祉のお仕事

福祉のお仕事

検索

求人情報を知りたい

資格や経験を活かしたい

資格や仕事について知りたい

福祉の職種や進路について相談したい

福祉の仕事に転職したい

田辺市社会福祉協議会 紀南福祉人材バンク 田辺市高雄一丁目23番1号
TEL 0739-26-4918 Mail jinzai@tanabeshi-syakyo.jp

まずはお気軽にお問い合わせください。

土曜日 Saturday	日曜日 Sunday								
<p>6</p> <p>○断酒会 (9:30~10:30 はあとカフェ)</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	ふれ愛	<p>7</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	ふれ愛
南部	虹								
南部川	ふれ愛								
南部	休み								
南部川	ふれ愛								
<p>13</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	ふれ愛	<p>14</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	ふれ愛
南部	虹								
南部川	ふれ愛								
南部	休み								
南部川	ふれ愛								
<p>20</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	ふれ愛	<p>21</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	ふれ愛
南部	虹								
南部川	ふれ愛								
南部	休み								
南部川	ふれ愛								
<p>27</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	虹	南部川	ふれ愛	<p>28</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>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	休み	南部川	ふれ愛
南部	虹								
南部川	ふれ愛								
南部	休み								
南部川	ふれ愛								



貸出用福祉用具在庫状況



はあと館

令和元年6月20日現在

●ベッド(電動)	0	●杖	6
●ベッド(手動)	3	●松葉杖	7
●車いす	12	●ポータブルトイレ	3
●車いす(ふれ愛センター)	5	●シャワーチェアー	1
●エアーマット	10	●吸引器	1
●体位変換マット	3		

※貸出期間は原則3ヶ月です。

貸出用チャイルド・ベビーシート在庫状況

チャイルドシート(0歳~4歳対応)	2
ベビーシート(0歳~1歳対応)	1

※貸出期間は原則12月までです。

数字でみるみなべ町の福祉

(令和元年5月末現在(前月比))

みなべ町人口 <small>(外国人含めた集計)</small>	12,682人(±0人)
65歳以上の高齢者	3,996人(+2人)
高齢化率	31.5%(±0%)
ボランティア保険加入者数	336人(+75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	500円
Bプラン	510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 2019 7 月

月曜日 Monday	火曜日 Tuesday	水曜日 Wednesday	木曜日 Thursday	金曜日 Friday																				
<p>1</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>2</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>3</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>4</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>5</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>8</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>9</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>10</p> <p>○おれんじの日 (13:30~15:00 ふれ愛センター)</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>11</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>12</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>15</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>16</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>17</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>18</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>19</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>22</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>23</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛	<p>24</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>25</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>26</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ボランティア</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ボランティア	南部川	ふれ愛
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ボランティア																							
南部川	ふれ愛																							
<p>29</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>30</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>31</p> <p>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>ゆうゆう館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	ゆうゆう館	南部川	ふれ愛	<p>ホームページで社協の活動が分かります</p> <p>社協だよりや社協HPに関するご感想やご意見、地域の福祉情報などをお寄せください。</p> <p>E-mail minabeshakyo@wakayamanet.or.jp 暮らし何でも相談メールでも受付中!</p> <p>みなべ町社協HP http://www.wakayamanet.or.jp/minabeshakyo/</p>									
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							
南部	ゆうゆう館																							
南部川	ふれ愛																							

7月 ふくし トピックス

弁護士による 無料法律相談

中松村夫 弁護士



とき **7月26日(金)**
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

●電話で予約ができます(TEL.72-5611)

今月の福祉キーワード

職員募集

8月20日(火)まで申し込み受付

正規職員

募集人数 若干名

職種 **介護支援専門員**

勤務地 ふれ愛センター

採用時期 令和元年10月1日

職種 **訪問看護ステーション 看護師**

勤務地 はあと館

採用時期 令和2年4月1日

【申込書類や面接による選考有】

詳しくは **みなべ町社会福祉協議会** へ

まずはお電話でお問合せください。

〒645-0002 みなべ町芝447番地の2

tel 0739-72-5611 (fax 72-5610)

事務局(担当:横畑)

善意銀行だより

令和元年5月1日~31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】

駒木 雅夫 様	西岩代 亡父	一巳
湯川 克子 様	堺 亡夫	政晴
和田 佳秀 様	筋 亡父	修
崎山 均 様	晩稲 亡父	二郎
小林 次郎 様	大阪府 亡母	キミ
東 忠 様	晩稲 亡父	孝
亀山 清久 様	東本庄 亡父	重夫

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。