



福祉

7



2021/令和3年

みなべ

WELFARE MINABE

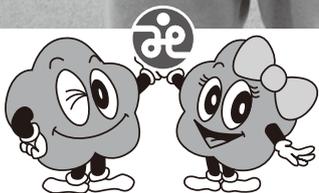
Contents

各団体会長がきました	2
お話相手ボランティア養成講座	3
自宅でできるリハビリ	4
地域支え合い推進員だより	5
デイサービスだより	6
福祉カレンダー	7
福祉トピックス	8

！梅干しつくるぞ〜！



南部保育所
～みんなで梅干しづくり～



笑顔と健康 ふれあう心で福祉のまちを

社会福祉法人 みなべ町社会福祉協議会

各団体会長が決まりました

4、5月に開催した総会において町内各福祉団体の役員が決まりました。(任期：2年)

○みなべ町長寿クラブ連合会（会員数 1,621名）

会長：岡田 政吉

副会長：仁木 豊、地主 昭太郎、大前 琢也、辻村 環

生活を豊かにする生きがい活動や地域を豊かにする社会活動を総合的に行います。対象者は60歳以上の地域住民。年間を通じて研修会やスポーツ交流、清掃活動、親睦旅行を行います。

○みなべ町身体障がい者連盟（会員数 100名）

会長：寒川 澄生

副会長：古家 正一、越本 修

みなべ町内に居住する視覚障がい者、聴覚障がい者、言語障がい者、肢体不自由者及び中枢神経機能障がい者、内部機能障がい者で構成される任意の団体です。

○みなべ町障がい児者父母の会（会員数 46名）

会長：田上 彰

副会長：中家 久美子、芝 康則

障がいがある子どもを持つ保護者の会。障がいの種別や程度に関わらず理解し合い誰もが自分らしく共に生きることを願い活動しています。年に一度、親睦を兼ねた行事「親子のつどい」への参加や、清掃活動や障がいスポーツ大会へも参加しています。

生活福祉資金の特例貸付に関するご案内(緊急小口資金・総合支援資金)

新型コロナウイルス感染症の影響で休業や失業等により減収し、生活資金でお悩みの世帯に、生活福祉資金(緊急小口資金・総合支援資金(生活支援費))の特例貸付を実施しています。

※申込受付期間 **令和3年8月末まで**

	緊急小口資金	総合支援資金
対象世帯	緊急かつ一時的な生計維持のための貸付を必要とする世帯	生活に困窮し、日常生活の維持が困難となっている世帯
貸付上限額	10万円以内 (条件により20万円)	・(2人以上) 月20万円以内 ・(単身) 月15万円以内 貸付期間：原則3か月以内
据置期間	1年以内	1年以内
償還期限	2年以内	10年以内
貸付利子	無利子	無利子
保証人	不要	不要
申込先	市町村社会福祉協議会	市町村社会福祉協議会

お問合せ先：みなべ町社会福祉協議会 (☎72-5611)

お話し相手ボランティア養成講座

受講生募集中!



お話し相手ボランティアとは、高齢者宅を訪問してお話し相手となることで孤立感の解消を図るボランティアです。「仲間づくり」「誰かの役に立ちたい」そんな思いをお持ちの方はぜひご応募ください。

無料

- 期 日 **令和3年8月31日(火)**
- 時 間 **13時30分～15時30分**
- 場 所 **中央公民館(谷口301-4)**
- 講座内容 **① 高齢者の理解(認知症について)**
② 聴くためのスキルを学ぼう(傾聴とは)

- 対 象 町内に住所を有し、18歳以上の方
- 申込方法 申込書にご記入の上、みなべ町社会福祉協議会(はあと館)まで電話またはFAXでお申し込みください。(申込書はHPにも掲載しています。)
- 締め切り 令和3年8月20日(金)

▼お問合せ先
みなべ町社会福祉協議会 はあと館(芝447-2) TEL 72-5611 FAX 72-5610

南部小学校にて福祉体験学習を行いました ～地域の中で「共に生きる力」を学ぶ～

令和3年5月20日(木) 南部小学校6年生 60名を対象に福祉体験学習を行いました。みなべ町社協福祉農園より2名、長寿クラブ連合会より6名の方にお手伝いいただき、交流も深めました。

体 験 内 容



車椅子体験



アイマスク体験



高齢者・障がい者疑似体験

地域に暮らす様々な人々との関わり、学ぶことを通して、子ども達はコミュニケーションの力を高め、多様な生き方に触れ、相手を理解しようとする豊かな心がはぐくまれることを目的に実施しています。



自宅でできるリハビリ

【高齢者に多い骨折編】<脊椎圧迫骨折後のリハビリについての巻 パート2>

6月号では、【高齢者に多い骨折編】の<脊椎圧迫骨折後のリハビリについての巻パート1>を紹介させて頂きましたが、今回も引き続き、【高齢者に多い骨折編】の脊椎圧迫骨折後のリハビリについて紹介させていただきます。

脊椎圧迫骨折後のリハビリについて ~骨癒合が得られるまでのリハビリ~

脊椎圧迫骨折を受傷して骨がくっつくまでは、骨折した所が動かないようにしながら運動をしていくことが重要です。

今回はまず **歩行練習の行い方** を紹介したいと思います。

歩行練習は、①骨密度を増加するため、②転倒の発生率を減少させるためにとっても重要となります。

図1

主観的運動強度 (Ratings of perceived exertion ; RPE) の目安

等級	自覚度	強度 (%)	心拍数 (拍 / 分)
20		100.0	200
19	非常にきつい (very very hard)	98.9	
18		85.8	180
17	かなりきつい (very hard)	78.6	
16		71.5	160
15	きつい (hard)	64.3	140
14		57.2	
13	ややきつい (somewhat hard)	50.0	120
12		42.9	
11	楽である (fairly light)	35.7	100
10		28.6	
9	かなり楽である (very light)	21.4	80
8		14.3	
7	非常に楽である (very very light)	7.1	60
6		0.0	

1. 歩行練習の開始時期は骨の折れ方、折れている場所及びコルセットの有無と種類によって異なってきますので、歩行練習を開始する場合は必ず主治医と相談するようにしましょう。

2. 歩行練習の程度は、「楽である」又は「ややきつい」程度の時間や距離に設定するようにしましょう。「かなり楽である」や「きつい」になってしまわないように注意しましょう。(図1)

3. 特に重要なのは、歩行練習するときの姿勢です。歩行練習するときには、頭がちょうど腰骨の上に来るような姿勢で行い、背中が曲がってしまい、頭が腰骨より前になったり、逆に背中を反ってしまい頭が腰骨より後ろに来るような姿勢にならないように注意しましょう。(図2・3)

図2・良い例

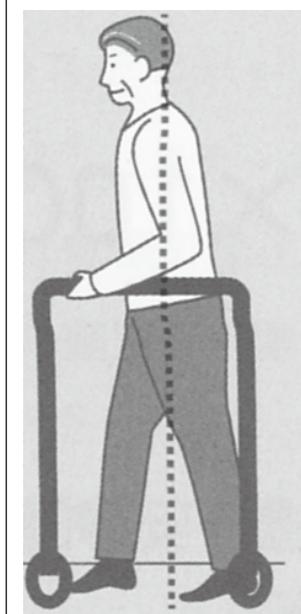
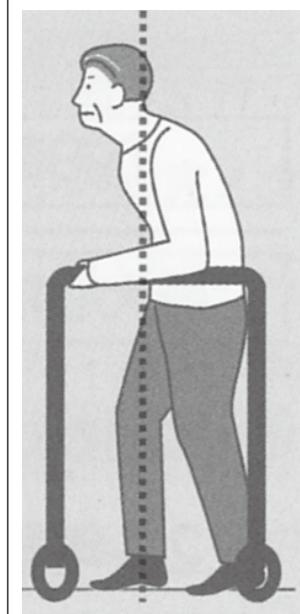


図3・悪い例



次回は【高齢者に多い骨折編】の<脊椎圧迫骨折後のリハビリについての巻パート3>ですので、来月もぜひ読んでください。

みなべ町訪問看護ステーション 理学療法士 大原一哉

地域支え合い推進員だより



～みなべ町社会福祉協議会では生活支援コーディネーター（地域支え合い推進員）が活動しています～

通いの場紹介 ～やっとはじめました！～

6月7日より、順次通いの場が再開されはじめ、はあと寝込まんず（自主グループ）の活動も再開されました。



音楽に合わせてステップ台をのぼりおり。

- 通いの場名：はあと寝込まんず
- 開催日時：毎週月・木曜日 9時半～
- 場 所：はあと館（芝447-2）
- 内 容：和歌山シニアエクササイズ、ふれ愛体操等（月1回指導の先生が来てくれます）
- 参加費：無料



やっと始まって嬉しい。

参加者が増加し、今年から週2回開催しています。自分が参加できる曜日に来て、皆さん自分のペースで頑張っています。

生活支援コーディネーターが**つなぎ役**となり、地域包括支援センターや関連機関と連携し、お手伝いさせていただきます。
(お問合せ はあと館 橋本 ☎72-5611)



通いの場に
参加したい
などご相談
ください

毎月10日は

おれんじの目



日 時：令和3年 7月9日(金) 午後1時30分～3時頃
 場 所：ふれ愛センター（東本庄100）
 内 容：認知症ミニ講座
 「歌って♪踊ろう」若葉サロン（北道）のメンバー
 相談コーナー

問合せ先：みなべ町地域包括支援センター TEL 74-8065
 みなべ町社会福祉協議会 はあと館 TEL 72-5611

デイサービスだより

ふれ愛センター（北谷 好史）



6月を迎え少しずつ蒸し暑くなってきました。今回はそんな鬱陶しい気分を解消できるようなゲームを作ってみました。紙に書いたハエをマジックテープでひっつくようにして、ハエ叩きでたたくというシンプルなゲームです。ですが、ただ叩くだけではつまらないのでハエの裏には点数をつけて2人で競えるようにしました。

みなさん初めて見るゲームなので、「それで何すんの?」と始める前からどんなゲームなのかソワソワしておられました。

しかし、いざ初めてみると、いつもはゆっくりと動く利用者さんもこの時ばかりは普段みられないような動きの早さでハエを叩かれていました。思った以上に力もこめられており、パシン、パシンと子気味いい音がデイルームに歓声とともに広がりました。

終わった後にはある利用者さんから「面白かったからまたやってよ。」と嬉しい言葉もいただけ、今回のハエ叩きゲームは皆さんご満足していただけたようでした。

貸出用福祉用具在庫状況

はあと館【令和3年6月20日現在】

- | | | | |
|---------------|----|-----------|---|
| ●ベッド(電動) | 0 | ●体位変換マット | 6 |
| ●ベッド(手動) | 1 | ●杖 | 8 |
| ●車いす | 10 | ●松葉杖 | 5 |
| ●車いす(ふれ愛センター) | 2 | ●ポータブルトイレ | 2 |
| ●エアーマット | 5 | ●シャワーチェア | 3 |
| ●浴槽台 | 4 | ●吸引器 | 0 |

※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

- | | |
|--------------------|---|
| ●ベビーシート(0歳~1歳対応) | 0 |
| ●チャイルドシート(0歳~4歳対応) | 3 |

※貸出期間は原則1年間です。

数字でみる、みなべ町の福祉

〔令和3年5月末現在(前月比)〕

みなべ町人口	12,237人(+15人)
65歳以上の高齢者	4,039人(-1人)
高齢化率	33%(±0%)
ボランティア保険加入者数	300人(±0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。

※天災プランは地震・噴火・津波に対応した保険です。

保険料	保険料(掛金)	
	基本プラン	天災プラン
350円	500円	

社会福祉協議会各事業所連絡先

■社会福祉法人 みなべ町社会福祉協議会 はあと館 〒645-0002 和歌山県日高郡みなべ町芝地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 〒645-0004 和歌山県日高郡みなべ町埴田1444-1
デイサービス TEL.72-5900・FAX.72-5901

■南部川支所(ふれ愛センター内) 〒645-0021 和歌山県日高郡みなべ町東本庄100
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

2021 7 月

- はあと館開催
- ▲ ふれ愛センター開催
- ★ はあとカフェ開催

月曜日 Monday	火曜日 Tuesday	水曜日 Wednesday	木曜日 Thursday	金曜日 Friday	土曜日 Saturday	日曜日 Sunday
<p>弁護士による法律相談</p> <p>中松村夫 弁護士</p> <p>と き 7月16日(金) 13:30~15:00</p> <p>と ころ 社会福祉センターはあと館</p> <p>受付人数 6人程度 *電話で予約ができます (TEL.72-5611)</p>			1	2	3 ★断酒会 9:30~	4
			■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	■給食サービス 南部 はあと館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
5	6	7	8	9 ▲おれんじの日 13:30~	10	11
■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	■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	■給食サービス 南部 はあと館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
12	13	14	15	16 ●弁護士による法律相談 13:30~	17	18
■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	■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	■給食サービス 南部 はあと館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
19	20	21	22 海の日	23 スポーツの日	24	25
■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	■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 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 休み 南部川 ふれ愛
26	27 ●長寿クラブ気功教室 9:30~	28	29	30	31	
■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 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 ゆうゆう館 南部川 ふれ愛	■給食サービス 南部 はあと館 南部川 ふれ愛	

ふくし 7月 トピックス

あいあい KIDSルーム



＜晩稲＞ ^{たなか}田中 ^{おみ}鳳心くん（1歳）

お母さんからひと言：いつも笑顔に癒されてるよ！
元気に大きくなってね！

職員募集

申込受付：随時

訪問看護師（正職員・臨時職員）

訪問介護員（臨時職員）



☆申込書類や面接による選考あり。
（看護師、介護職員 初任者研修等の資格必要）

詳しくは **みなべ町社会福祉協議会**

まずはお電話でお問合せ下さい。

〒645-0002 みなべ町芝447番地の2
事務局（担当：横畑）TEL0739-72-5611（fax72-5610）

善意銀行だより

令和3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】

形部 ^{ぎょうぶ} 章 ^{あきら} 様
山内 亡母…キミエ

三前 ^{みさき} 剛 ^{つよし} 様
南道 亡父…洋 ^{ひろし}

勝本 ^{かつもと} 忠 ^{ただし} 様
晩稲 亡母…貞子 ^{さだこ}

下角 ^{しもかど} 弘 ^{ひろむ} 様
清川 亡父…正一 ^{しょういち}

・その他1件

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。

