



福祉

12



2022/令和4年

みなべ

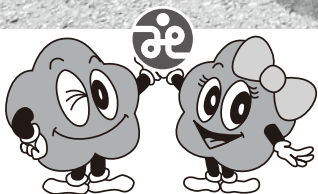
WELFARE MINABE

Contents

初級手話教室修了式	2
日本赤十字「救急法」の講習を受けて ..	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



みなべ町長寿クラブ連合会
町内を皆で楽しくウォーキング



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

初級手話教室修了式 ～手話を楽しく学ぼう～

10月5日（水）～11月2日（水）までの毎週水曜日（全5回）、初級手話教室を開催しました。『手話サークル陽だまり』のご協力を得て、みなべ町社会福祉協議会が毎年開催しております。今年は8名の方が新たに参加されました。初心者向けの手話教室ということで、手話の基本である指文字や挨拶、家族を表す手話などを学びました。最終日には受講者の方に修了証書を発行し、お渡ししました。

参加された皆さんは、指文字や自己紹介など手話で表すことができるようになりました。また、毎週水曜日、午後7時半から9時まで南部公民館3階で行われている手話サークル「陽だまり」に参加頂けるようにお話ししました。

健聴者と聴覚障がい者がスムーズにコミュニケーションがとれる共生社会の実現のため、一人でも多くの方が手話を学ばれることを願っています。



ツルハドラッグツルハホールディングスさんから車椅子の寄付

ツルハドラッグさんから和歌山県社協を通して、車椅子の寄付（1台）を頂きました。ツルハドラッグさんからは、これまで2台の寄付を頂いており、これで3台目になります。新しく、使い勝手も良いため、通院や外出にとっても便利です。これからも町の高齢者、障がい者、怪我をされた方のためにずっと役に立ってくれるでしょう。車椅子の寄付、ありがとうございます。末永く大切に使用させていただきます。



車椅子ご利用のお申し込みは、みなべ町社協(はあと館)迄

健康麻雀体験会を実施しました

11月13日（日）に芝区の皆様にご協力頂き、健康麻雀体験を実施しました。

当日は16名の方にご参加いただきました。

健康麻雀とは、認知症予防にもよいといわれており、頭脳ゲーム、コミュニケーションツールとして注目されています。かけない・飲まない・吸わないを三大テーマに麻雀がもつ本来の面白さを追求したゲームです。



日本赤十字「救急法」の講習を受けて

私達「みなべ女性会」はみなべ町赤十字奉仕団の会員でもあります。10月21日、はあと館で、日赤和歌山県支部より、井道講師をお迎えして「救急法」の講習を受けました。16名の参加でした。「心肺蘇生」と「AED」の使い方です。

まずは、一番大事な心臓マッサージの仕方。胸の真ん中（胸骨の下半分ぐらいのところ）を1分間に100回ぐらいの速いテンポで30回連続で押します。肘をまっすぐに伸ばして両手の平を重ね、手の平の付け根の部分に体重をかけ、傷病者の胸が5cm沈むほど強く圧迫します。心肺蘇生用の人形を使って、3人ずつ5班に分かれて練習しました。コツをつかむまでは難しく、人形の胸がポコッとへこむまで押すには、腕を垂直に伸ばし、組んだ手の真上に肩が来るようにして、かなりの力で体重をかけなければいけません。その後、気道を確認して鼻をふさぎ、口から空気が漏れないようにして人工呼吸を2回行います。



心臓マッサージを行っている様子

次にAEDの使い方です。AEDは、Automated（自動） External（外からの）Defibrillator（除細動器）の略です。心臓がけいれん（細動）した状態を自動で「取り除く」機器で、心臓に電気ショックを与えることで除細動を行います。一人が心臓マッサージをしている間にAEDをとってきてもらい、あとはAEDのスイッチを入れたら音声に従ってPAD^{パッド}を装着し、ボタンを押してショックを起こす。そしてまた心肺蘇生を行う。

このような場面に遭遇しないことを願いますが、万が一の時にこの講習が人ひとりの命を救うことになるかもしれません。“いざ”という時の為に、落ち着いて行動するためにも、一度だけではなく繰り返し講習を受けること、また日頃からAEDがどこに設置してあるのかを意識しておくことも大切であると思いました。

みなべ町赤十字奉仕団 委員長 畑崎 祐基子



講習会の様子



AEDの使い方を習っている様子



自宅でできるリハビリ

【高齢者に多い骨折編】〈前腕骨遠位端骨折(手首の骨折)のリハビリについての巻〉

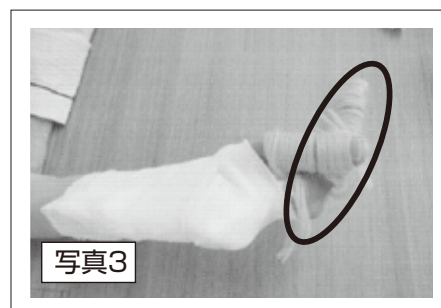
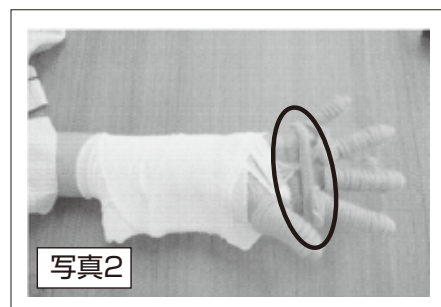
11月号では、【高齢者に多い骨折編】の〈前腕骨遠位端骨折(手首の骨折)の症状と治療について〉を紹介させて頂きましたが、今回は【高齢者に多い骨折編】の〈前腕骨遠位端骨折(手首の骨折)のリハビリについて〉を紹介させていただきます。

前腕骨遠位端骨折(手首の骨折)のリハビリについて

手首の骨折をした場合、ギプス固定されることが多いですが、ギプス固定しているときに指のむくみを伴うことが多いです。

このむくみをできるだけ減らすことでギプスをとった時に手首や指が動きやすくなります。

ここでは、手や指のむくみをできるだけ減らす方法を紹介したいと思います。



手や指のむくみを減らす運動

1. まず、5本の指に毛糸を巻きます。毛糸は外れてしまわない程度に軽く巻き、あまり強く巻きすぎないように注意しましょう。
2. 次に指の間にスポンジなどはさみ、それを押しつぶすように力を入れます。これを少し疲れる程度に10~20回程度行います。〔写真1〕
3. 次に人差し指から小指までをゴムバンドなどをまき、指を開くように力を入れます。これを少し疲れる程度に10~20回程度行います。〔写真2〕
4. 次に人さし指から小指までの先から1番目と2番目の関節を伸ばしたまま、一番根元の関節だけを曲げる運動を疲れない程度に10~20回程度行います。〔写真3〕
5. 五本の指に軽く毛糸を巻いた状態で、上記の3つの運動を1日に何回か行うようにしましょう。

次回は、【高齢者に多い骨折編】の〈前腕骨遠位端骨折(手首の骨折)のリハビリについてパート2〉になりますので、次回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

地域支え合い推進員だより



～地域の支え合いは、人と人が繋がることから始まります。ここでは地域のお宝（人と人の繋がり）を紹介します～

地域の
お宝発見!

熊瀬川地区 かわすごさんのお祭り

高城の熊瀬川地区では、毎年11月9日に、かわすごさんのお祭りがあり、豊作祈願を行っています。今年は、3年ぶりにお餅まきも行うということで、朝早くから地域の人々が集まり、もちまきの準備が行われていました。



60キロ（一俵）の餅米を使ってお餅づくり



3年ぶりとは思えない素早さでお餅を丸めていく



今年90歳になった富田さん
ここへ来ると若い人達からパ
ワーをもらえるので毎年来さ
せてもらっています。

ここがいいね!

冗談を言い合ったりし、とても和やかな雰囲気でお餅作りが行われていました。
地域でお祭りができるのはこうやって準備をしてくださる皆さんがいるからなんだと思いました。

お問合せ先:みなべ町社会福祉協議会(はあと館) 地域支え合い推進員 橋本 ☎72-5611

デイサービスだより

ゆうゆう館 (留場 健)

今月は、皆さんに馴染みの深い「サツマイモ」を使ってレクレーションを行いました。

サツマイモは紙に赤や紫の色を塗って、丸めた新聞紙にそれを包むとまるで見た目は本物のサツマイモ。皆さんの個性が出た色々な形のサツマイモが出来上

がりそれを使っての芋ほりゲームを行いました。

ゲーム中では、男性も女性も作り物と分かっていながら、芋ほりとなると真剣な表情に、「終了～」の合図や「おいおい。もう終わってるぞー」との周りからの声にも「聞こえなんだわ」と夢中で掘り続ける姿が笑いを誘い大変楽しいレクレーションでした。



ふれ愛センター (泰地 大和)

12月に入り冬真ただ中!寒いですね。

ふれ愛デイサービスではクリスマスに向けてクリスマスツリーの工作を行いました。紙コップや画用紙などを駆使して可愛いツリーがたくさん出来上がりました。

このクリスマスツリーを家に飾っていただき、楽しいクリスマスを迎えていただけたらと思います。



貸出用福祉用具在庫状況

はあと館 [令和4年11月20日現在]

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

※貸出期間は原則3ヶ月です。

貸出用子育て用品在庫状況

- 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) 0
- ベビーバス ※貸出期間は原則2ヶ月です。 1

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

数字でみる、みなべ町の福祉

[令和4年10月末現在(前月比)]

みなべ町人口	12,033人 (-13人)
65歳以上の高齢者	4,023人 (-5人)
高齢化率	33.4% (±0%)
ボランティア保険加入者数	415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。

	基本プラン	天災プラン	特定感染症重点プラン
保険料(掛金)	350円	500円	550円

福祉カレンダー

2022 12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																												
<div style="border: 1px solid black; padding: 5px;"> <p>年末年始の休みについて</p> <ul style="list-style-type: none"> ● はあと館● 12月31日(土)～1月3日(火) ● ふれ愛センター● 12月31日(土)～1月3日(火) ● ゆうゆう館● 12月31日(土)～1月3日(火) </div>			1	2	3	4																												
			<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>■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>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>はあと館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	はあと館	南部川	ふれ愛	<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	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	はあと館																																	
南部川	ふれ愛																																	
南部	休み																																	
南部川	ふれ愛																																	
5	6	7	8	9	10	11																												
					▲おれんじの日 13:30～																													
<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>■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>■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>■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>■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>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>はあと館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	はあと館	南部川	ふれ愛	<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	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																																	
南部	はあと館																																	
南部川	ふれ愛																																	
南部	休み																																	
南部川	ふれ愛																																	
12	13	14	15	16	17	18																												
<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>■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>■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>■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>■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>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>はあと館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	はあと館	南部川	ふれ愛	<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	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																																	
南部	はあと館																																	
南部川	ふれ愛																																	
南部	休み																																	
南部川	ふれ愛																																	
19	20	21	22	23	24	25																												
<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>■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>■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>■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>■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>■給食サービス</p> <table border="1"> <tr><td>南部</td><td>はあと館</td></tr> <tr><td>南部川</td><td>ふれ愛</td></tr> </table>	南部	はあと館	南部川	ふれ愛	<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	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																																	
南部	はあと館																																	
南部川	ふれ愛																																	
南部	休み																																	
南部川	ふれ愛																																	
26	27	28	29	30	31																													
					大晦日																													
<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>■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>■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>■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>■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>■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	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																																	
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	休み																																	
南部川	ふれ愛																																	

12月
ふくし トピックス
あいあい KIDSルーム



<晩稲> 田中 美心ちゃん (1才)

お母さんからひと言：
おてんばみのちゃん！
これからも元気いっぱい育ててね！

譲ります



① ベビーベッド

お問合せ先

みなべ町社協はあと館 ☎72-5611

善意銀行だより

令和4年10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】

寺谷 敦様 清川 亡父：庸

湯川 佳基様 堺 亡父：純爾

松田 龍悟様 晩稲 亡母：ミヨ子

大江 安彦様 埴田 亡母：きみ子

榎山 マサエ様 筋 亡夫：伸一

森本 純生様 谷口 亡母：幸子

栗山 良材様 西本庄 亡妻：玲子

【協会の解散に際して】

みなべ町ゲートボール協会 様

【善意の寄付】

木下久美子様 晩稲

昭和27年度高城中学校卒業生一同 様

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。

