

ふくどん
福井

福祉情報誌 第105号 2016. 2. 1

編集・発行

社会福祉法人

西原町社会福祉協議会

〒903-0111 沖縄県中頭郡西原町字与那城135番地

TEL 9 4 5 - 3 6 5 1 FAX 9 4 6 - 6 7 7 7

URL www.nisya.net E-MAIL nisya@nisya.net

成人おめでとう!! ーはばたき成人式ー



成人を記念してバルーンリリースを飛ばす様子

就労継続支援B型事業所はばたきの成人式が、1月15日、西原町社会福祉センター研修室にて行われました。

今年は、清掃班で就労している米盛亜伊里さんが新成人として、新たな門出を迎えました。

新成人あいさつでは、アカペラで一曲披露し元気な声で「お仕事頑張ります。」と新成人としての抱負を述べました。



目次	はばたき成人式・・・・・・・・・・	1	はばたきだより・・・・・・・・・・	4
	ちょっと福祉出前講座・・・・・・・・	2	いいあんべー家だより・・・・・・・・	5
	福祉団体報告・・・・・・・・・・	3	お知らせ・・・・・・・・・・	6

「福井」は社協会費、赤い羽根共同募金配分金、寄付金、沖縄県補助事業等によって作成されています。

「ちよつと福祉出前講座」を開催 - 坂田小学校 -

◎福祉講話

12月17日



講話を聞き金城夫妻へ質問をする児童

福祉講話では、町内在住の金城利信さんご夫妻を講師として招き、視覚障害についてと日常生活のお話をしていたいただきました。また、金城さんが得意な指笛でミッキーマウスマーチを披露し、そのメロディーに併せて子ども達が手拍子する楽しい貴重な時間となりました。講話後、児童からは様々な感想がありました。

・「視覚障害について知らなかったので、盲学校の事や生活の話を聞くことができてとても勉強になりました。町で金城さんに会ったら声をかけたいです。」



共用品に触れる児童達

・「普段つかう物に、いろんな工夫がされている事がわかった。」

最後に金城さんは、「自分が打ち込めるものを持つ事、好きなこと（趣味）があれば、つらい事も乗り越えていける。皆さんも好きなこと、打ち込めるものを探して頑張ってください。」と児童へエールを送りました。

◎アイマスク体験

12月21・22日

体験は、歩き慣れた校庭ではなく西原町民体育館周辺で、2日間2クラスずつに分けて行いました。体験を終えた児童たちからは様々な気づきを感じられました。

・「あまり声かけがなかったらどこを歩いているのかわからなくて怖かったです。」

・「金城さんのお話の中で、歩いていてトラックのミラーに頭をぶつけてケガをした話を聞いていたので、介助する時は前や足元だけではなく、左右や上部分にも気を付けながら声かけをした。」



白杖を使ったアイマスク体験



介助体験



「一段・二段」と階段を介助中

「ちよつと福祉出前講座」は、町内各学校、各地域を対象として、講話や疑似体験をおし、障がいがある方の生活の現状を知ること、誰もが住み慣れた地域で安心して暮らせるよう優しい町づくりを考える目的で実施しています。

【問い合わせ】
西原町社会福祉協議会(担当:山田)
電話 945-3651

「地域見守り隊」を結成

西原町内でも独り暮らしの高齢者が増加し、見守りの必要性が高まってきました。また孤立死や高齢者認知症の徘徊などの事例もあり、緊急の課題となっています。

本会では、地域の企業・事業所の協力を得て「地域見守り隊」を結成し、地域での見守り活動の充実を図っています。

平成27年12月に地域見守り活動の趣旨に賛同いただいた左記事業所と協定を締結しました。

事業所にはデイサービス等の送迎や、配食サービスの時のゴミ回収作業などの日常業務における範囲内で町内各地域にて道に迷っている高齢者を見つけたり近隣住宅の異変に気付いた時に社協や関係機関と連携を図り安否確認を行う等の見守り活動を実施して頂きます。

◎地域見守り隊協定事業所

- ・医療法人福寿会「西原敬愛園」
- ・医療法人愛和会「池田苑」



西原敬愛園様



池田苑様



県外防災視察研修を終えて

・兵庫県神戸市・
第一民生委員児童委員協議会

西原町第二民児協は、去った11月17日(火)～19日(木)の2泊3日で県外研修に行ってきた。

1日目は、兵庫県にある「人と防災未来センター」で、阪神・淡路大震災の地震による崩壊の凄まじい様子をいろいろな角度から大型映像と音響で体感しました。震災直後の街並みが、当時の現状模型でリアルに再現され、自然災害の恐怖を再認識させられました。

実際に災害が起きた時、その復旧に向けて、民児協として何ができるのかと、考えさせられることが多々ありました。

2日目は、冬の荒々しい日本海を横目に鳥取砂丘・砂の美術館へ！



「人と防災未来センター」にて

「砂で世界旅行」のテーマで、今回はドイツを代表する「名城・グリムの世界etc」

砂で固め造られた砂像が、絵画の様にとても魅力的で、おとぎの国に迷い込んだ錯覚に陥り素晴らしい(すごい)の一言でした。

展示された多くの砂像の姿は、永遠にとどめる事ができずやがて取り壊され、砂に戻っていく儂い魅力のある造形物でした。

3日目は、京都！

朝早く登校する子供たちに遭遇しました。

出会う人ごとに自然体で挨拶する姿、それを見守る地域の人たちの姿に、つかの間ではあったが地元の人々の安泰の様子を垣間見る事ができました。

今回の研修を通して、視野を広めたのは勿論、仲間同士の結束も更に深まり、今後の活動の糧に日々邁進していきたいと思えます。



研修参加者

身体障害者協会今後の活動

西原町身体障害者協会

今年は猿年、新しい年が明けてそれぞれの団体も新たな行事を計画していることでしょう。

西原町身体障害者協会では、平成27年度の最後の行事として2月14日(日)に、海洋博水族館と熱帯ドリームセンターを見学することを予定しています。私たち身障者は出来るだけ外出する機会を増やそうと考えて、沖身協の行事にも積極的に参加し、また他の障害者団体とも交流を深めています。

【来年度の行事】

- ・5月西身協定期総会
 - ・7月沖身協ランドゴルフ大会に参加
 - ・8月4市町村交流会、第52回身協スポーツ大会(アーチェリー・卓球・水泳)に参加
 - ・9月沖縄県身協スポーツ大会に参加
 - ・10月～12月赤い羽根共同募金街頭募金活動に参加
 - ・12月沖縄県身協主催社会福祉大会へ参加
- 西身協ができることは主体的に考え、多くの会員が生き生きとして暮らせるように役員一同頑張りたいと思っています。
- どうぞ今年も西原町身体障害者協会をよろしくお願い致します。

盛大に新春懇親会を開催

西原町老人クラブ連合会

平成28年1月7日、西原町中央公民館ホールにて西老連新春懇親会が開催されました。老人クラブ会員古典音楽愛好者による「かぎやで風、ごえん節、揚作田節」で幕が開け、会員の安里貞雄さんが司会進行を務めました。参加者全員による老人クラブの歌斉唱のあと、来賓の上間明西原町長、新川喜男西原町議会議長、新川善昭社会福祉協議会会長より新春のごあいさつがありました。

西老連の屋良朝光会長は、「今年も町老連活動に積極的に参加し、元気で楽しい一年にしましょう」と新年の抱負を述べられました。また翁長、棚原、小波津、小那覇、上原の老人クラブより余興の出演があり、最後は民謡愛好会の皆さんの民謡ショーで盛り上がりました。



幕開けの様子



民謡愛好会の皆さん





「初詣」はい！ポーズ



祈願！



中吉！

「好きなアイドルに会えますように...」、「家族旅行に行きたい」

1月19日、初詣（沖縄県護国神社）に行き、それぞれの願い・思いを込め手をあわせました。その後は、おみくじを引いて、「大吉だった〜」「小吉だった〜」など、笑い声の溢れる和やかな雰囲気の良い初詣となりました。みんなの願いが叶いますように...。

初詣に行ってきました
— 安全 健康祈願 —

はばたきだより

○名称
社会福祉法人西原町社会福祉協議会
サポートセンターはばたき

○営業日
毎週月曜日～金曜日
(土・日・祝日は休み)

○開所時間
8:30～17:15
〒903-0111
西原町字与那城135
(社会福祉センター隣)
(電話) 943-6251
(FAX) 943-6254

おいしい新鮮な野菜
を販売しています！
— 野菜班 —



美味しい野菜です

はばたき野菜班では取れたての新鮮な野菜を販売しています。にんじん、玉ねぎ、じゃがいも、レタス、ネギなどなど。

農薬や化学肥料に頼らず、自然に近い環境で栽培しているため「安心・安全！」です。

美味しくて身体に優しい新鮮な野菜は、西原町中央公民館内「喫茶はばたき」にて絶賛発売中ですので、お気軽にお寄りください。

こんにちは！ はばたきスイーツ班です！

はばたきスイーツ班は、新しいお菓子を季節のイベントごとに期間限定にて販売しております。

これまでに好評を頂いたため、そのまま通常商品として販売になったチョコスッッキーなどもあります。

スイーツ班は、色々なお菓子作りにも挑戦しながら、みんな力を合わせて頑張っています。

今回は、これまでのイベントで登場したお菓子を紹介します。



◎お知らせ

2月は、大切な人へお菓子を贈る日、「バレンタインデー」があります！

はばたきスイーツ班では、現在「バレンタインデー」に向けて新作を開発中ですので、期間限定バレンタインのお菓子を楽しみにしてください。

お菓子の販売は、西原町中央公民館内の「喫茶はばたき」にてお菓子を販売しておりますのでぜひ、足をお運びいただきご賞味ください。



6月父の日チョコスッッキー



8月夏限定スイカクッキー



10月ハロウィンかぼちゃクッキー



12月クリスマスカップケーキ



西原町介護予防拠点施設

いいあんべー家 だより



開館日：毎週月曜日～土曜日【日・祝日・年末年始休館】
 時間：9時～17時15分
 対象者：西原町在住・在勤の40歳以上の方
 利用料：100円【マッサージ器具などを利用できます】
 場所：西原町字与那城135番地（中央公民館隣）
 電話：098-946-1734
 ※利用時に介助が必要な方は介助者の同伴をお願い致します。



Let's

がんじゅうポデイ ～目指そう健康長寿～

Part 6

ロコモティブシンドローム

40歳から予防しよう！

予防体操も実践しよう！

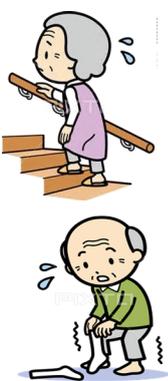
今回は、**ロコモティブシンドローム**（**ロコモ**）を紹介します。

「**ロコモ**」とは、運動器症候群の事で、簡単に紹介すると「**足腰が衰えたり、痛みがあること**」を言います。その状態が進行すると介助が必要になってしまいます。

西原町でも要支援・要介護1認定者の原因疾患**第1位**が、**膝・腰痛**などの**関節疾患**となっています。

←左記に当てはまると、**ロコモ**である危険性が高くなります。あなたも**チェック**してみましよう！

- 片足立ちで靴下が履けない
- 長時間歩くと膝が痛い
- 階段の上り下りがつらい
- 腰のだるさが取れない
- 家の中でつまづいたり、滑ったりする



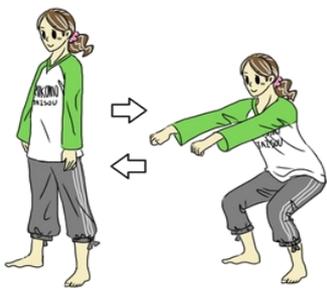
いいあんべー家では、**毎週土曜 14時～15時**「**ロコモ体操塾**」を開講しています。町内在住40歳から参加することができます！！（無料）

「**片脚立ち**」は、支持脚の筋トレとバランス向上の運動になります。左右各1分行うと40分のウォーキングと同様の運動量になります！！



片脚立ち
(左右各1分)

「**スクワット**」は、足腰全体の筋トレになります。つま先より膝が前方に出ないように注意して行いましょう（膝への負担軽減のため）。少しづつ回数を増やして下さい。



スクワット(10回)
(椅子やテーブルを利用してもOK！)



いいあんべー共生事業紹介

西原町内の各行政区では、高齢者の社会参加を促し、生きがいづくりや介護予防の場として、その地域にお住いの40歳以上の方を対象にした「**いいあんべー共生事業**」を月に2～3回実施しています。主に、医療講話や健康チェック、体操、趣味活動などの出前講座を行っており、参加者の健康維持及び増進を図っています。

「**坂田自治会**」は、高血圧や糖尿病などの医療講話を聴いたり、民舞やカラオケを取り入れ、歌って踊って若返りを図っています。

また、夏には盆踊りや孫たちとの三世代交流も盛んに行っており、年に1度は誕生会を開き長寿を祝う催しもあります。

写真は「**棒体操**」の様子です。自宅ではなかなか運動しない方も、皆が一緒だと楽しく自然と体が動きますよ。



【坂田自治会】
活動日：第2・4木曜日/10時～12時



「**小波津自治会**」では、女性の参加者が多く、ボランテアによるおやつ作りは種類も豊富です。野外活動や社会見学で出かけたり、集落センター周囲の清掃を行ったりと、内外の活動を取り入れています。

写真は「**糖尿病**」の医療講話を聴いている様子です。食事や運動での予防方法を学びました。



【小波津自治会】
活動日：第2木曜日/13時～ 第4木曜日/12時～



平成28年度社協事業ボランティア募集

西原町社会福祉協議会では、多くのボランティアに支えられ、さまざまな活動を行っております。平成28年度も引き続き下記の事業でボランティアを募集しておりますので、お気軽にご連絡下さい。

●お元気ですか事業（食事サービス）調理・配達・受取・友愛訪問ボランティア

お元気ですか事業（食事サービス）とは、地域ボランティアを中心に、一人暮らしの高齢者、障害者世帯等へ友愛訪問ボランティアとのふれあいを持つことによって、安否確認、孤独感の解消を図ることと、併せて食事を提供することで、温もりのある地域の形成を図る目的で実施しています。

～活動時間：毎週金曜日（公休日を除く月4回）～

★調理ボランティア活動時間：午前10時～午後3時頃（2カ月に1回程度、年6回程度の活動になります。）

★配達ボランティア活動時間：午後3時～午後4時頃

★弁当受取ボランティア活動時間：午後3時～午後5時頃

★友愛訪問ボランティア活動時間：午後3時～午後5時頃



●理髪ボランティア（理髪サービス事業）※美容・理容師資格保持者

理髪サービス事業とは、家族の介助等がなければ外出する機会が少ない在宅寝たきり・虚弱高齢者や障害者に対し、理髪ボランティアを対象者の自宅に派遣し、理髪を通して心のふれあいを図る目的で実施しています。活動時間：利用者の希望日に随時派遣しています。

●お問い合わせ：西原町社会福祉協議会（担当 山田）

TEL945-3651 FAX946-6777



坂田・与那城・安室地域福祉推進会「助っ人事業」を実施

西原町社会福祉協議会では、近隣に身内がいなく居住地の環境整備でお困りの高齢者等が明るい正月を迎えられるよう、民生委員の調査をもとにボランティアを斡旋して屋敷内の草刈りを目的に「助っ人事業」を実施しました。

今回は、12月に坂田区、与那城区、安室区の地域福祉推進会メンバーの助っ人による地域貢献がありました。作業を終えた世帯からは「膝が痛くて草取りもできなくて困っていた。草刈りをした地域の方々、本当にありがとうございました。」とお礼がありました。



清掃前



清掃後



御芳志

御芳志がありましたので、紙面にて紹介し深く感謝申し上げます。

◆香典返し◆

- ・与那原町東浜、宮平栄吉（故妻 カメ）様より15万円

◆物品・野菜寄贈◆

- ・(株)西事務機様よりマッサージチェアー1機
- ・城間俊郎様よりシャワーチェアー1台

- ・小波津盛光様、金城洋子様、糸数ミツ子様、與儀幸江様、金城春子様、下地恵美子様、喜屋武ハツ子様、新垣實様よりお元気ですか事業へ野菜の提供
- ・松田桂子様よりサポートセンターはばたきへ砂糖の寄贈

