

社協だより

第 号
平成 年
月発行

えがおで介護
こころのネットワーク
あんしんサポート

【大淀高等学校共同募金に協力】



【ふれあい活動センター合同敬老会】



迎春

【大淀中学校共同募金に協力】



☆内容

- ・ 新年のご挨拶
- ・ 大淀中学校福祉体験学習
- ・ ふれあい活動センター合同敬老会
- ・ 大淀高等学校・大淀中学校共同募金に協力
- ・ 医療・福祉就職フェアに参加
- ・ 「げんきかふえ」について
- ・ ほうかつ通信

発行所／社会福祉法人 大淀町社会福祉協議会

〒638-0821 大淀町下湊 1223 番地 TEL0747 - 52 - 1941

社協だよりは、共同募金の配分金により作成しております

新年のご挨拶を

申し上げます



大淀町社会福祉協議会
会長 岡下 守正

新年あけましておめでとうございます。

皆様方におかれましては、平成31年の新春を清々しくお迎えのこととお慶び申し上げますとともに、平素から社会福祉活動の推進にご協力を賜っておりますことを厚くお礼申し上げます。

近年における福祉を取り巻く環境は目まぐるしく変化し、少子高齢化の急速な進行をはじめ、地域においては核家族化の進展や生活様式、価値観の多様化等により、社会的孤立や支え合いの機能が低下する状況にあります。

このような社会情勢の中で、国は社会保障制度改革や社会福祉に関する関係諸制度の改正により、セーフティーネット機能の拡充を図ると共に、地域住民が住み慣れた地域で、いつまでも安心して暮らして行くことが出来るよう「地域共生社会の実現」を提唱しております。

当会に於きましては、「大淀町地域福祉活動計画」(第2次おおよどアクションプラン)を着実に実行していきます。本計画を基本に、地域福祉事業の担い手として、地域住民や老人クラブ、ボランティアの方々、区長、民生・児童委員、福祉施設関係者の皆様のご協力とご支援を賜りながら、誰もが住み慣れた地域で共に支え合い、幸せに暮らせる「ふくしのまちづくり」の実現に向けた取り組みを推進して参ります。

社会福祉協議会職員一丸となり繋がり支え合える地域福祉の仕組みづくりに取り組み、一層の努力をして参りますので、皆様の御支援・御協力を賜りますようお願い申し上げます。

最後になりましたが、本年が皆様にとりまして実り多き年でありますようにご祈念申し上げます。新年の御挨拶とさせていただきます。

大淀中学校福祉体験学習

平成30年11月7日(水)と8日(木)にかけて、大淀町立大淀中学校1年生123名を対象に福祉体験学習を行いました。

7日の体験学習では、基本的な介助方法と注意点を説明した後、車椅子・高齢者疑似体験を実施しました。まず車椅子体験では、悪路での介助のコツや使用方法について学びました。高齢疑似体験では、体育館内に体験コースを作成し、高齢者の気持ちや介護方法、高齢者とのコミュニケーションの取り方を体験しました。

8日は、社協職員も交えて、前日の体験学習で感じ・考えたことを画用紙にまとめ、振り返り学習をしました。各クラスでグループに分かれ、「自分たちにできること」や「こんな町になればいいな」について意見を出し合いました。

介助や手助けを体験した生徒たちからは、「ちょっとしたことでも役に立つことがしたい」や「困っている人に声をかけることが当たり前になれる町にしていきたい」などの意見が出ました。

2日間を通じて、生徒が自分に出来ることや、住むまちについて考える福祉体験学習となりました。



ふれあい活動センター合同敬老会

9月7日（金）、大淀町高齢者ふれあい活動センター合同敬老会が開催されました。

午前中は、奈良交通お笑いシニアクラブ会長 ユンケル上條氏による手品や相撲甚句等のアトラクション。

午後からは、音楽療法で敬老の日をお祝いする特別プログラムとして、曲に合わせて全員で楽器の演奏をしたり、懐かしい歌謡曲を歌ったりと、参加された方は楽しい1日を過ごされました。

大淀高等学校・大淀中学校が 共同募金に協力

今年で72年を迎えました共同募金運動が今年も10月1日から3月31日まで「じぶんの町を良くするしくみ」をテーマに運動が展開されています。



11月14日（水）県立大淀高等学校、11月21日（水）町立大淀中学校の生徒が、「赤い羽根共同募金」を持参してくれました。生徒会が中心となり、全校生徒に呼びかけ、募金活動に協力してくれました。

寄せていただいた募金は、「大淀町の福祉」を良くするために有効に活用させていただきます。皆様のご協力をお願いいたします。

医療・福祉就職フェアに参加

11月24日（土）、大淀町主催「医療・福祉就職フェア」に参加しました。医療・福祉の現場においては、多様な生活・福祉ニーズに応じた「サービスの質の向上」や「安定的な人材の確保と定着」等が大きな課題となっています。

このような状況のもと、医療・福祉職場での仕事を指す方、関心のある方等を対象に、仕事の魅力や福祉職場の具体的な情報提供を行うことで、就業意欲を高めることを支援するとともに、医療・福祉人材の安定的な確保と定着の推進やUターンの促進、将来的な医療・福祉人材の確保を図ることを目的として参加しました。



かふえの営業日について

- ・営業日：1月12日（土）、1月23日（水）、2月9日（土）、2月27日（水）
- ※基本第2土曜日と第4水曜日です。文化会館でイベントがある場合は変更することがあります。営業日は、ふれあいコーナーに掲示しています。
- ・営業時間：13時～15時。
- ・場所：大淀町文化会館ふれあいコーナー
- ・メニュー：コーヒーかジュース、クッキー付
- ・料金：100円（小学生以下は無料）
- ☆福祉に関するご相談 お気軽に☆



この「かふえ」は、大淀町元気な地域づくり推進協議会が運営しています。この協議会は、大淀町内の6つの社会福祉法人が集まり地域のニーズを把握し、制度の枠にとられない狭間の問題に対応するため、今後も協議して参ります。

ほうかつ通信

健康で長生きする秘訣！

「冷え性に負けない！」

寒い時期の悩みである冷え性。年々、65歳以上の高齢者も冷え性が原因で体調を崩すことが多くなっています。そこで今回は冷え性を予防する方法についてご説明したいと思います。

冷え性に潜む危険

冷え性は、主に身体を冷やし、血液の循環が悪くなることで起こりやすくなります。手足の冷え・関節痛・不眠等の症状が現れます。また高血圧・糖尿病・認知症等疾患の誘発・悪化に繋がる危険も高くなり、注意が必要です。

高齢者に起きやすい原因

① 筋肉量の低下

高齢になると筋肉量が減り、身体機能が低下し、血液の循環が悪くなります。また運動量が減ることも気にかける必要があります。

② 体温調整機能の乱れ

生活リズムや室内外の気温の変化に対応出来ず、自律神経の機能が乱れ、体温調整が出来なくなります。



冷え性の予防法

① 食生活を大切に

温かい食べ物や飲み物を飲むことで体温を上げることが出来ます。冷えた飲み物ではなく、温めるもしくは常温で飲むことをお勧めです。

② 適度な運動をする

適度な運動は血液の循環が良くなり、筋肉量の低下を予防することも出来ます。ただし過度な運動をすると怪我に繋がるので、散歩・ラジオ体操・ストレッチ等ご自身で取り組みやすいことから始めて下さい。

③ 湯船に浸かっただけの入浴

シャワー浴だけでなく湯船に浸かることで身体が温まります。出来れば38℃〜40度に設定し、10分程度浸かることで血液の循環が良くなります。40度以上になると身体の負担が大きいため注意してください。

地域包括支援センターへ相談

介護保険サービスや暮らしの困りごとがあれば、地域包括支援センターにご連絡ください。

TEL 0747-52-7760

「家族介護者交流会」のご案内

自宅で介護をしている、ご家族を対象に交流会を開催します。介護から一時離れ、気持ちをリフレッシュしませんか？一緒にお話ししたり、情報交換をしましょう。

尚、当日は籠網体験ができます。参加お待ちしております。

日時：平成31年1月18日（金）9時30分から15時30分

集合場所：大淀町桜ヶ丘総合センター2階集会室

対象者：要介護状態の高齢者を介護されているご家族

募集人数：20名（先着順）

費用：無料（昼食はささやかでございますが準備させていただきます）

※飲み物等は、ご持参ください。

申込期日：平成31年1月15日（火）

申込方法・お問合せ：大淀町社会福祉協議会にお電話ください。

0747-53-0589（平日8時30分から17時15分）



広告掲載欄

あとがき

皆様、あけましておめでとうございます。年末年始はどのような時間をお過ごしだったでしょうか。わたしは実家で両親や兄弟、旧友と過ごしました。

今年も、住民の皆様にお役に立てるよう猪突猛進してまいりますので、本年もご支援、ご鞭撻を賜りますようお願い申し上げます。しばらくは、厳しい寒さが続きますが、体調には気を付けて下さい。

(108)

