へぐり社協だより

編集・発行　平群町社会福祉協議会
〒636-0914
平群町西宮２丁目１番６号
（プリズムへぐり内）
電話(45)5710　FAX(45)7363

2016
2月号

冬の寒さでも活気あふれる元気デイサービス

ページ紹介

共同募金報告…… 2
認知症を学ぼう…… 3
デイサービス通信　他…… 4・5
日本赤十字社活動報告　他…… 6
お知らせ　他…… 7・8

上記写真は、デイサービスでの個別リハビリを行っている写真です。利用者の方にマンツーマンでも行っており、元気になられている方もおられ、機能回復にもつながっています。

また、機能訓練をするために来られている方もおられ、皆さん精力的にとりくんでおられます。

※各係の電話番号は、見開きページ下をご覧ください

～ 平成27年度赤い羽根共同募金運動のご協力のお礼と報告 ～

募金総額　2,392,212円

皆様の温かいご協力 ありがとうございました。

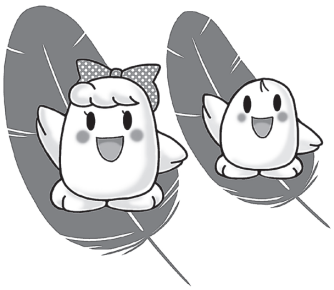
昨年10月1日から町内各所において展開させていただきました赤い羽根共同募金運動では地域の皆様に多大なるご参加・ご協力をいただき誠にありがとうございました。心よりお礼申し上げます。

皆様にご寄付いただきました募金総額の内、配分計画に基づいて６３３，０００円は、奈良県共同募金会から、奈良県全域の福祉事業に助成させていただきます。１，７５９，２１２円は、平群町共同募金地域配分金として平群町の地域福祉事業に助成させていただきます。

今後も平群町の地域福祉事業の益々の発展を願い活動して参りますので、引き続きご支援・ご協力をよろしくお願いいたします。

▶道の駅くまがしステーションでの募金活動のようす

▲収穫祭での募金活動のようす



【内　訳】

募金方法	金　額
戸別募金	1,006,671円
街頭募金	243,803円
法人募金	631,740円
職域募金	103,816円
学校募金	15,065円
団体・その他	391,117円
合　計	2,392,212円

（平成28年1月15日現在）

『認知症』をみんなで学ぼう！

ローズタウン若葉台会館にて

12月24日(木)、ローズタウン若葉台会館で行われたクリスマス会の中で、有志の方による劇『認知症になっても心はちゃんと生きている』が上演されました。

当日集まった70人ほどの子どもたちは、「認知症って知ってるかな?」の問いかけに、手を挙げるものの自信なさげ。認知症のおばあちゃんと孫とのやりとりを観た後、今度はおばあちゃんが舞台を降り、子どもたちの所へやってきます。

「どうやって声掛けようか?」「放っとく?」「このおばあちゃんが、皆の家族だったら?」最初は戸惑っていた子どもたちも「大丈夫?一緒に行こか?って声掛ける」「見守る!」等、一人一人が一生懸命考えていました。

この劇は絵本『心は生きている』(中央法規出版)を基にローズタウン在住の古市恵子さんが脚本を書かれました。高齢者の四人に一人が認知症を発症するといわれるなか、子どもたちが身近なこととして感じるきっかけになったと思います。

有志の方が「同じ地域の住人同士、世代間にある壁をなくせたら」と語っておられたのが印象的でした。

心配ごと相談所ご案内

心配ごと相談所では、日常生活上の相談に応じます。相談は無料で秘密は厳守します。お気軽に相談ください。

◎とき　毎月第2・4木曜日　午前9時30分～正午

◎ところ　プリズムへぐり

◎相談員　民生児童委員

◎☎45―8088

あたたかいお気持ち ありがとうございます

善意銀行預託者

平成27年12月1日～12月31日まで

氏名	指定等
山本　章	任意

(敬称略)

預託(寄附)の受付は
平群町社会福祉協議会
総務地域福祉係まで

デイサービス通信

昨年12月14日(月)～18日(金)に、クリスマス会を行いました。

利用者の方が思い思いの仮装をし、好きな歌を順番に披露していただきました。スタッフも同じく仮装をし、利用者の方と一緒になって楽しみました。

利用者の方は、美声を兼ね備えてプロ顔負けの衣装に身を包み熱唱されました。

おやつにはケーキを食べ、その後クリスマスプレゼントをお渡しさせていただくと利用者の方はたいへん喜ばれていました。

「仮装をして心が二十歳代に戻りました」とおっしゃられた方もあり、気持ちが若返っておられました。

とても賑やかで楽しいクリスマス会になりました。

◀スタッフと一緒に熱唱しました

▲利用者の方は見事に変身。
仮装を楽しみました

◀スタッフも利用者に交じって
変身しました

体験デイサービス実施中

「デイサービス」って、どんなことをするところ？

行ってみたいけど、どこのデイサービスにすれば良いかわからない。そんな疑問をお持ちの方で、要支援１・２及び要介護１～５の認定を受けた方。１日デイサービスを体験してみませんか。

基本利用料無料で体験していただけます。お気軽にお問合わせください。

※昼食代（おやつ含む）は、750円かかります

個別機能訓練を行っています

訓練の内容は以下の通りです

- ●歩行練習（１階、２階）
- ●ボール握り（握力を鍛え維持、向上）
- ●ゴムチューブを引っ張り（腕力の維持、向上）
- ●太ももにボールはさみ（失禁予防のために下腹部を鍛える）
- ●膝の曲げ伸ばし
- ●スクワット
- ●腹筋
- ●片足立ち
- ●腕の曲げ伸ばし

など

▲ 歩行訓練は一番好評です

歩行訓練により、足が軽くなる、動きがよくなると利用者の方から声を聞きます。また歩行訓練をしながら会話を楽しんでおられる方もいます。

▶棒体操

体の曲げ伸ばしを行うことで、転倒予防に効果があります。

▶ボール握り

ボールをギュッと握ることによる握力強化をめざします。それを行うことによって、指を器用に使えるようにします。

▲ ボールはさみ

歩行時の着地を安定させ、転倒予防につなげます。おなかや太ももに力を入れる事で、失禁の予防になります。

上記の項目から利用者の方と話し合いながら、個別機能訓練のメニューを決定します。メニューは３カ月に１度見直します。

ご利用ください　かしのき荘

老人福祉センター「かしのき荘」は、おおむね65才以上の方ならご利用いただけます。

（※但し長寿会クラブ活動は、「会員」でなければ参加できません）

ご利用時間

月～土曜　午前９時～午後５時

※お風呂は、月～金曜　午前11時～午後３時30分

有志のボランティアによる喫茶ゆ～あいサロンも行われています。

２月は、４日(木)、18日(木)、23日(火)
正午～午後３時です。

ビデオ上映会

ビデオを大きなスクリーンでご覧になりませんか？

２月の上映会は、

・23日(火)　午後１時～

申込みは不要です。お誘い合わせのうえ、お気軽にお立ち寄りください。

奈良県赤十字大会で県支部長感謝状を受章されました

日本赤十字社奈良県支部創立１２０周年・友功会設立50周年記念奈良県赤十字大会において、名誉副総裁寛仁(ともひと)親王妃信子殿下がご臨場され、赤十字事業への功労表彰が行われました。日本赤十字社奉仕団平群分団からは、藤本奈智子さん、塩野光代さん、甲野順子(よりこ)さんが、長年にわたり赤十字事業にご尽力された功績が讃えられ受章されました。

写真左から、塩野さん、藤本さん、甲野さん

日赤奉仕団活動報告

三室園ふれあい訪問2015

平成27年も婦人会と合同で、三郷町にある特別養護老人ホーム「三室園」の訪問を行いました。

年の瀬も迫る12月９日(水)午後２時から、踊りや紙芝居、大正琴などの出し物で、入所しておられる皆さんとのふれあいのひとときを過ごしました。

入所者の方の中には、感極まって涙を流しながら、「瞼(まぶた)の母」の舞踊を鑑賞された方もおられました。

たくさんの方との交流を図り、「来年もお元気でお会いしましょう」と、再会を約束しました。

▲皆さんで「なかよし音頭」を踊りました

ボランティア講座参加者募集!!

ボランティア活動やさまざまな地域活動において、活動のマンネリ化や新しい仲間が増えないなどの悩みはありませんか？

この講座では、地域に共感の輪を広げ、あらゆる意味で「人を巻き込む」魅力ある企画づくりや仕掛けのヒントを学びます。

興味のある方はどなたでもご参加ください。たくさんのお申し込みをお待ちしています！

日時：３月10日(木)　午後１時～３時

場所：プリズムへぐり

講師：梅田純平さん
（大阪ボランティア協会）

☆会場等準備の都合上、事前にお申込みをお願いします。多くの方のご参加をお待ちしています。

お問合せ・お申込み　総務地域福祉係

生活協力員養成講座を開催します

障がい者福祉の基礎を学び、主に知的(発達）に障がいのある方を地域の中で安心して生活ができるよう、よきサポーターとして活動する方を養成します。

経験がなくても大丈夫です。まずは知ることからはじめませんか？

修了後、「生活協力員」として登録すると、利用申込に応じて各種事業において有償で活動していただくことができます。

開催日程　３月４日(金)、７日(月)、18日(金)　【全３回】

※別途、他の日程で施設実習があります

時　　間　午前10時～午後４時30分（昼休みあり）

定　　員　15人

申込締切　２月22日(月)

お問合せ・お申込み
総務地域福祉係

認知症サポーター養成講座を開催します

認知症を学び、地域で支える ～サポーターになりませんか？～

認知症は誰にでも起こりうる脳の病気に起因する症状です。認知症とは何か、周りの人たちはどのような対応をすればよいのかなど、正しい知識を学びましょう。

認知症サポーターキャラバン

と　き　３月１日(火)　午前10時～

ところ　かしのき荘　２階集会室

対象者　町内65歳以上高齢者

定　員　30名（２月１日より申込み受付開始）
定員になり次第締め切ります

お問合わせ・お申込み　老人福祉センター かしのき荘

認知症サポートに関するビデオを放映します。受講された方には、「認知症サポーターの証」オレンジリングをお渡しします。

認知症予防教室を開催します！

～ 生活習慣改善で認知症を予防しましょう ～

皆さん､｢認知症とは？｣と尋ねられ､すぐに答えられるでしょうか。認知症は｢脳の病気｣です。日本では、65歳以上の高齢者の４人に１人が認知症、またはその予備軍と言われています。高齢になると誰もが認知症になる可能性があり、特に75歳を過ぎるとその危険性が高まります。しかし生活習慣を改善すれば、ある程度予防が可能で、早期発見･治療により進行を防げることも明らかになっています。

この教室は、認知症に関する知識の普及と予防の啓発を図るために行います。

｢自分は大丈夫！｣と過信をせず、日頃の生活習慣を見直して認知症予防に一緒に取り組みましょう！

対　象：平群町在住のおおむね65歳以上の方。運動を医師より止められていない方。

日時・内容：午後１時30分～２時30分
※１回目のみ、
希望者に認知症簡易検査をします。午後２時30分～３時

１回目	２月18日(木)	講演会： ｢認知症の基礎知識、予防、早期発見・治療について｣ ※講演会終了後、希望者に｢認知症簡易検査｣を実施 タッチパネル式でわずか５分以内に結果が出ます！
２回目	２月23日(火)	今日からできる認知症予防　～ 運動編 ～
３回目	３月４日(金)	今日からできる認知症予防　～ 食事編 ～

場　所：ふれあい交流センター（平群町梨本350－1）

定　員：25名（先着順）　※３回とも参加できる方

申　込：２月１日(月)から
※平日の午前９時から午後５時

参加費は無料！

平群町地域包括支援センター　☎ 45-7012 ／ FAX 43-5509

再生紙を使用しています