

まいづるのふくし

第203号
平成31年1月発行



もくじ contents

報告	地域支えあいサポーター養成講座を開催しました	2
報告	認知症予防講座を開催しました	3
お礼	綿布のご提供ありがとうございました	3
報告	舞鶴市身体障害者福祉大会が開催されました	4
報告	京都府障害者のつどいが開催されました	4
報告	障害者週間啓発事業を実施しました	4
紹介	社協ってなに? さくらんぼ園編	5
地域	地域を知る 大浦・朝来・志楽地域	6
地域	地域を知る 城南地域	7
案内	ボランティア体験教室を開催します	8
お礼	赤い羽根共同募金運動・歳末友愛運動へのお礼	8
お礼	寄付のお礼	8

(表紙)

餅つき大会

(桑飼下老人クラブ、赤い羽根共同募金助成事業)

平成30年12月8日(土)、桑飼下公民館で開催されました。地区にお住いの方36名が集まり、つきたてのお餅に大満足の様子でした。

また、世代を超えて地域の方同士が交流できる貴重な機会となりました。



社会福祉
法人

舞鶴市社会福祉協議会

(舞鶴市ボランティアセンター、舞鶴市成年後見支援センター)
(舞鶴市共同募金委員会事務局、舞鶴災害ボランティアセンター)

〒625-0087 舞鶴市字余部下1167(中総合会館 3F)

TEL.0773-62-7044 FAX.0773-62-7039

E-mail maizuru-shakyo@jasmine.ocn.ne.jp
URL <http://www.kyoshakyo.or.jp/maizuru/>



報告 地域支えあいセンター養成講座を開催しました (12/8中総合会館)

「地域支えあいセンター」とは、地域での孤立を防ぎ、みんなが安心して暮らし続けられるよう、見守り、声かけ、ゴミ出しなどの簡単な生活支援を行うボランティアのことです。平成25年度から始まった仕組みで、現在48名の方に登録いただき、それぞれの地域で活動いただいております。

年に1回養成講座を開催し、センターに登録いただいた方々に、今回の講座で5回目となりました。今年度は、講師に大谷大学文学部教授の山下憲昭氏をお招きし、「お互いさまの地域福祉活動」をテーマに開催したところ、43名の方に受講いただきました。

講義に加え、実際に地域でセンターとして活動されている方の発表を聞いたり、「地域での活動者を増やすにはどうすれば良いか」をテーマにグループワークも行うことにより、皆さん新たな発見があったようで、「センターについて市民にもっとお知らせするべき」「声かけなど、自分にもできることから始めたい」など多くのご意見をいただきました。

また、受講された方のうち、13名の方に新たにセンター登録いただきました。

山下教授の主な講義内容



大谷大学文学部
山下 憲昭 教授

- 人は本来、支えあい助け合って生きているものであったが、自分のことしか考えられない人が増えてしまった。地域で課題を共有し、暮らしを取り戻さねばならない。人が集まれば集まるほど大きな力になる。
- 地域での活動は、やっている人も楽しくないといけない。「楽しさと感動の共有」が大切。
- 地域のサロン活動では何かしなければと思いがちだが、**ただ集まって話すだけで良い**。話することで、偏見や差別も無くなっていく。
- 男性の地域行事への参加を促進させるためには、「送迎役」など何か役割を依頼すれば良い。
- 災害時よりも、むしろ**平常時の地域活動の方が大事**。
- 高齢化が進む中、60代はまだ青年。**地域活動の主力は70・80代**。



グループワークでは
多くの意見が出されました



実践発表 ①

センター 河合智暉 氏 (溝尻地区在住) 施設訪問等を実施

- 現在、お話し相手等として、デイサービスへ訪問している。
- 無理をせず、自分の都合がつく時に行っているので続けられている。
- 自分自身高齢になり、いつまで続けられるか分からないが、自分も元気をもらっているので可能な限り続けていきたい。
- 自分の地域でもっと活動したいが、1人の力では小さいので、今後、近隣のセンターや民生委員等と協力できればと思う。

実践発表 ②

センター 杉本佐紀子 氏 (池ノ内下在住) 地域での見守り、サロン運営を実施

- 地域のひとり暮らし高齢者宅の訪問を中心とした見守り活動を実施している。
- 見守り活動の際には、日常生活の様子を聞いたり、運営しているサロンへの参加を呼びかけたりしている。
- サロンは月に一度開催しているが、特に冬場は外に出なくなってしまうので、特別なことはしなくとも、ただ会うだけで意味がある。
- 今後は、若い人や男性にも入ってもらい、サロンを存続させていきたい。

よりあたたかい地域づくりのために、センターの皆さんには今後ともよろしくお願ひいたします。
また、日常生活の中で困りごとを抱えておられる方は、一度、社会福祉協議会までご相談ください。

報告 認知症予防講座を開催しました(11/14中総合会館) ～社協と生協の協働開催～

それぞれに地域貢献活動を行っている舞鶴市社協と京都生協が力を合わせ、地域のために何かできないだろうか?そんな思いから始まった今回の講座。舞鶴市高齢者支援課の保健師さんを講師に迎え、誰にでも起こりうる認知症の予防をテーマに開催し、市内在住の生協組合員の方15名に参加いただきました。その症状や予防方法について学ぶだけでなく、家族や近所の方など、症状が見られる身近な方への接し方を考えるきっかけになりました。



皆さんメモを取りながら
熱心に話を聞いておられました



指や足を使った予防体操は
想像以上に難しく皆さん大苦戦でした

お礼 總務のご提供 ありがとうございました (11/27)

舞鶴市ボランティアセンターでは、年に2回、市内の福祉施設に使用済みの綿布を贈る活動を行っています。

平成27年度から始まり、今回で8回目となったこの取組ですが、11月27日に実施したところ、市民の皆さまから1,414点もの綿布を提供いただき、希望のあった7施設にお渡しすることができました。施設の方からは「施設では、タオルはいくらあっても足りないので大変ありがたい」などの声をいただきました。ご協力いただいた皆さまありがとうございました。

9回目の活動は来年6月下旬頃を予定しております。次回の日時等については、市・社協の広報紙、社協ホームページ等でお知らせします。

講師からの主なお話

1. 有酸素運動を心がけましょう

⇒ウォーキング、体操、水泳、サイクリングなど
は脳の血流・代謝アップに効果的!

2. 栄養に気をつけましょう

⇒①ビタミンC、ビタミンE、ベータカロチンの
多い果物・野菜を摂りましょう。(イチゴ、ジ
ヤガイモ、キャベツ、かぼちゃ、ほうれん草、
小松菜、青ネギなど)

②サバなどの青魚を食べましょう。(脳の血
流を良くするDHA、EPAが豊富)

③お酒を飲むなら赤ワインを選びましょう。
(ポリフェノールは老人斑を抑えるのに効
果的)

3. プライドに配慮した介護を心がけましょう

⇒3つの「ない」を心がける。

【①驚かせない ②急がせない ③自尊心を傷
つけない】

それにより、介護される方も「介護され上手」
になる。

4. 地域の人の力も借りましょう

⇒家族の人は抱え込まずに、認知症の家族がい
ることを近所の人などに伝えておきましょう。
近所の人は、その方を見かけたら一言声をか
けましょう。



いただいた綿布の仕分けの様子



施設への綿布受渡しの様子

報告 舞鶴市身体障害者福祉大会が開催されました (10/28)

66回目となる舞鶴市身体障害者福祉大会が、舞鶴市中総合会館コミュニティホールにて開催されました。当日は、関係者を含め112名の参加がありました。

大会では、障害を克服し自立更生しておられる方や、障害者の援護に長年尽力された方への表彰がありました。

また、視覚に障害がありながらもマッサージ師として活躍されている金治みゆき氏のお話や、長雲寺住職である松嶋康晴氏の講演などを通じて、市民の方にも障害について理解が深まる機会となりました。



報告 第19回京都府障害者のつどいが開催されました (11/25)

19回目となる京都府障害者のつどいが舞鶴市総合文化会館にて開催されました。当日は、府内の17市町、地域から約800名の参加がありました。

毎年、府内持ち回りで実施されているこのつどいは、障害者の自立や社会参加の促進、障害者週間の啓発等を目的に開催されています。

お祭リステージでは舞鶴市からの3団体が出演し、元気いっぱいのパフォーマンスを披露いただきました。



みずなぎ鹿原学園
劇団四鹿による音楽劇



京都府立舞鶴支援学校による踊り



舞鶴市身体障害者団体連合会による
歌と踊り

報告 障害者週間(12/3~12/9)啓発事業 みんなですすめよう 共に生きるまちづくりを

12月3日～9までの障害者週間では、障がい者への理解と关心を深めるため、障がい者団体、福祉施設、ボランティア団体、市、社協等が連携し啓発活動を行っており、今年度で36回目を迎えました。

街頭啓発やのぼり・横断幕等による広報啓発活動など、様々な取組を実施しました。



のぼり・横断幕の設置にはボランティアにご協力いただきました



街頭啓発活動の様子
(12月2日、らぽーる)

紹介

社協ってなに？〈さくらんぼ園編〉

今年度の「まいづるのふくし」から始まった「社協ってなに？」のコーナー。201号では「基礎編」と題し社協の事業全体について、そして202号では「災ボラ編」と題し「舞鶴災害ボランティアセンター」についてご紹介しました。



今回の「社協ってなに？」では「さくらんぼ園編」と題し、社協が運営している舞鶴こども発達支援施設「さくらんぼ園」についてご紹介します。

さくらんぼ園 とは？



【概要】

京都府から指定を受けた障害福祉サービス事業所であり、成長や発達に丁寧な配慮や支援が必要な子どもたちが通う施設です。日常生活や集団生活がよりよく過ごせるように、専門的な立場から一人ひとりの心に寄り添い発達支援を行います。

子ども一人ひとりに個別の支援計画を作成し、自由あそびやグループ指導、個別指導を通して適切に丁寧な療育をしています。

【主な沿革】

昭和52年 障害児の保護者を中心に療育活動を開始
昭和57年 舞鶴市身体障害者福祉センターに移転
平成元年 「舞鶴療育指導教室」から「さくらんぼ園」に改名
平成3年 舞鶴市社協が受託運営
平成22年 舞鶴市吉原出身の高本善四郎氏の寄付金により現在の建物が竣工

【対象児】

1歳半頃から就学前の子どもたち

【療育時間】

- 午前療育グループ
9:30～11:30 月～金曜日
 - 午後療育グループ
13:00～15:00 月～金曜日
- ※火曜午前のみ親子療育。それ以外は小集団療育と個別指導

さくらんぼ園では、子どもたち一人ひとりの特性に配慮しながら療育を行い、その子らしさや持っている力を引き出すことを大切にしています。

また、親子のふれ合いを大切にした親子療育や、臨床発達心理士による相談受付などにより、保護者の方の悩みや困りごとのサポートもしています。

子育てに関することや就学や就園について、困っていること、気になること、心配なことなどございましたらご相談ください。
お電話でもお受けしております。

フレキサー
スイング
たのしいな♪



ひかりのへや(スヌーズルーム)



色々な遊具を使ってあそびます



舞鶴こども発達支援施設
さくらんぼ園

〒625-0083 京都府舞鶴市字余部上821
TEL0773-64-5798 FAX0773-62-9171

地域 地域を知る 大浦・朝来・志楽地域

大浦・朝来・志楽地域は3つの小学校区を含む地域で、人口は10,340人、そのうち65歳以上の高齢者は3,185人(高齢化率30.8%)です(平成30年4月1日現在)。

この地域内に存する朝来新町町内会において、地域住民が健やかに安心して暮らせるために何ができるのか、地域の課題が何なのか等を意見交換するため、町内会長の呼びかけにより「新町の地域活動を知る会」が初めて開催され、社協も出席してきました。



新町の地域活動を知る会

日 時 平成30年10月11日(木)
19:00～21:00

場 所 清水元会館

参加者 22名(町内会役員、地域の自主防災部、サロン3グループ、大浦・朝来・志楽地域包括支援センター、社協等)

目的 地域で活動している各団体が、それぞれの役割を知り、顔の見える関係を築く。

立上げまでの経過

住民が感じていた「つながりの希薄化」などの課題について、自分たちで考える機会が欲しいと、昨年度に「地域の高齢者について考える会」を開催したことが始まり。



意見交換により
世代を超えた
交流ができました



会議の中で出た主な意見

- 食事会やラジオ体操の実施により、高齢者にとっての交流の場となっているだけでなく、役員にとっても生きがいになっている。
- サロン等への参加者や、行事等での活動者が固定化てしまっている。
- 最近は若い人の集まりが悪い。

- 地域の輪を広げるには、もっともっと男性の力が必要。
- 住み慣れた家・地域で暮らし続けたい人が多い一方、福祉のサービスには限界がある。地域としては「すき間」の部分が埋められるようにしていくべき。

地域では様々な活動が行われている一方、「参加者・活動者の固定化」「男性や若い人の参加が少ない」といったような、どこの地域にも共通する課題が見えてきました。

参加者からは、「この会を『新町の今後について考える会』に発展させ、最終的に、地域がより盛り上がるための計画を作りたい」との声も挙がりました。

社協としても、より顔の見える関係づくり、より暮らしやすい地域づくりのためお力になりたいと思います!

地域 地域を知る 城南地域

城南地域は、3つの小学校区（中筋、高野、池内）を含む地域で、人口は14,244人、そのうち65歳以上の高齢者は3,953人（高齢化率27.8%）です（平成30年4月1日現在）。



この地域を管轄する城南地域包括支援センターでは、住み慣れた地域で安心して暮らしていくよう、介護・福祉・健康・医療などさまざまな面から高齢の方やそのご家族を支援しています。

今回は、センター職員の皆さんに、地域の課題や取組についてお話をうかがってきました。

城南地域包括支援センターへインタビュー



手作りの「城南地域資源マップ」と
城南包括支援センターの皆さん

Q1. 城南地域の課題について教えてください。

A.【地域全体として】

認知症になることへの不安を抱えていたり、認知症の方への関わり方が分からず多い人が多い。

【高野・池内地域】

暖かい時期は畠仕事などで外に出るが、冬になると家に閉じこもりがちになる人が多い。

【中筋地域】

地域住民同士の付き合いが希薄になりつつある。

Q2. より良いサービスが出来るように取り組んでいることはありますか？

A. 関係機関（民生児童委員、ケアマネジャー、交番ほか）が集まり、小学校区ごとに地域ケア会議を行っています。見守りが必要な高齢者の情報を共有しながら、課題改善に向けて地域で出来ることを考えています。また、地域に積極的に出て、地域の皆さんのが相談しやすい関係づくりを築いています。



地域ケア会議の様子

Q3. どのような地域を目指していますか？

A. たとえ一人暮らしで認知症になったとしても、みんなが温かく見守っていくような、よりつながりの強い地域を目指しています！

「あつたか見守り声かけ訓練」が実施されました！(12月11日、引土地区)

城南地域包括支援センターから地域住民や関係機関への呼びかけにより、まちで認知症の方と出会った時の接し方について学びました。

当日は65名の参加があり、認知症役の人への声のかけ方について専門の方からアドバイスをもらうことで、地域で一人ひとりが意識して見守ることがいかに重要であるかを考える良い機会となりました。



否定せずに、
笑顔でやさしく、
が大切です

社協も力を合わせて
地域の見守りに
協力します！



城南地域包括支援センター

住 所 舞鶴市字女布406番地3
(城南会館内)

電話番号 0773-77-5005

対応時間 8:30~17:15
(土・日・祝、12/29~1/3は除く)

案内 2/23 ボランティア体験教室を開催します

ボランティア活動に興味があるものの、なかなか始めるきっかけがない。市内でどんなボランティア活動をされているのか知りたい。

そんな方に向けて、今回、舞鶴市ボランティアセンターに登録されている2団体の協力のもと体験教室を開催します。

この機会に、生きがいづくりの一歩を踏み出してみませんか？

参加費無料です！皆さまの申込みをお待ちしております。



子どもによる
アロママッサージの様子
(まいづるアロマきっず)



手話によるイベント打合せの様子(つたの会)

日 時 平成31年2月23日(土) 13:00~16:00

場 所 舞鶴市中総合会館3階 集団健診室

対 象 ボランティア活動に関心のある方 (50名程度)

内 容

- ・日常で使える手話体験
(舞鶴手話サークル「つたの会」)
- ・子どものアロママッサージによる癒し体験
(まいづるアロマきっず)

申込先 舞鶴市ボランティアセンター

(舞鶴市社会福祉協議会内、62-7044) へお電話をお願いします。

お礼

「赤い羽根共同募金」「歳末友愛運動募金」に ご協力いただきありがとうございました

10月1日からスタートしました「赤い羽根共同募金運動」、11月21日からスタートしました「歳末友愛運動募金」の運動期間が終了いたしました。各家庭からだけでなく、企業や学校等からもご協力いただき誠にありがとうございました。お寄せいただきました募金は、有効かつ適正に活用させていただきます。

それぞれ集計し、次号の本会広報紙や本会ホームページ、町内回覧等で詳細を報告させていただきます。



らぼーるでの街頭募金活動の様子
(10月6日)



赤れんがフェスタでの募金活動の様子
(10月20・21日)



まいてフェスでの募金活動の様子
(11月4日)

お礼

ご寄付をいただいた方々

<平成30年9月27日～平成30年12月14日受領分>



貴重なご芳志をありがとうございました。有意義に活用させていただきます。

- 匿名 2名様 合計 13,035円