



社協

ひこね

【第176号】

平成26年2月1日発行

編集と発行

社会福祉法人
彦根市社会福祉協議会

〒522-0041 彦根市平田町670

TEL 22-2821 FAX 22-2841

ホームページアドレス

<http://www.hikone-shakyo.or.jp>



この広報紙の一部は、赤い羽根共同募金の
配分金やみなさまからの会費で作成してい
ます。



▲ジュニアポリス（平田幼稚園園児）の訪問に思わずにっこり。

○思わず微笑む「歳末友愛訪問」

昨年12月、平田学区では(赤い羽根共同募金)歳末たすけあい運動の一環として、「高齢者クリスマス訪問」を実施されました。

この取り組みは、学区社会福祉協議会・民生委員児童委員協議会・ハートフルリーダー(交通安全協会平田支部)が連携し、毎年取り組まれています。

高齢者のお宅へは、警察官の衣装を着た勇ましくも可愛い平田幼稚園の園児が訪問し、「交通事故に気をつけてくださいね。」「元気に過ごしてください。」と一声かけながらお見舞いの品を手渡しすると、受け取られた方も「ありがとう。寒いけど頑張ってるね。」と、園児の活動を労わっていました。

★トピックス★

①モデル学区(地区)社協 実践報告

(詳細：2ページ)

②高齢者・障がい者 なんでも相談会開催

(詳細：8ページ)

視覚障がいのある方に向け、点字版・音訳(テープ録音)による「社協ひこね」の貸し出しを行っています。ご希望の方はご連絡ください。

3回シリーズ 第2回

モデル学区(地区)
社会福祉協議会
実践報告

彦根市社協の重点事業の一つとして、平成24年度から取り組んでいる「学区(地区)社協モデル事業」。今回は、日夏地区社協の取り組みをお伝えします。

日夏地区
社会福祉協議会

日夏地区社会福祉協議会(以下「日夏地区社協」)では、身近な地域で支えあうしくみづくりの第一歩として、活動の基盤となる日夏地区社協の体制を整備することからスタートしました。

日夏地区社協の活動に協力いただくとともに、小地域での福祉活動を中心となって進めていただく「福祉委員」の配置について働きかけられたところ、日夏町自治会のご理解とご協力のもと、自治会

の各支部に「福祉委員」が誕生しました。

古くからの住民が多いこの地域でも、高齢化や核家族化の進行により、一人暮らしや高齢者だけの世帯が増える傾向にあります。また、家族が学校や仕事に出かける昼間は、ひとりで過ごす高齢の方もいらつしやいます。

そうした中、今まで暮らしてきたこの町で、これからもずっと元気でいきいきとした生活を送るためには、健康や地域の課題について自分たち自身が意識し考えることが大切だと感じ、日夏地区社協が以前から実施してきた介護予防講座を中心とした活動を展開してきました。

日陽(ひよう)
いきいき室

そしてこのたび、ここから新たな活動が始まりました。

介護予防や孤立防止の観点から、閉じこもりがちな高齢者が元気に外に出られるような活動に取り組みたいとグループを立ち上げられ、住民同士が気軽に自然な交流ができる場所として「日陽いきいき室」(ふれあいサロン)をオープンしました。



▲介護予防の学習会

ここは、参加者もスタッフもみんなが仲間。

“いきいき元気”を合言葉に共に楽しみながら、自身が暮らすいちばん身近な地域で見守り支えあう関係を築いていきたいと考えておられます。

このような活動をとあして互い

の絆を深め地域の力をよりいっそう強くしていきたいと、日々の取り組みを進めておられます。



▲講座の後、いも焼きを楽しみました



▲日陽いきいき室/手づくりジュースで美味しく健康に



▲熱心に勉強する子どもたち。目が真剣です！(銀座ノムラビル3Fにて)

地域づくり 実践中



大人と子どもの まなびば(学び場)基地

～彦根おやこ劇場の取り組み～

(H25彦根市社協 福祉のまちづくり活動助成事業)

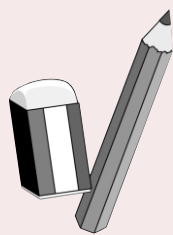
子どもと大人が互いに 学び合える関係を

「彦根には家や学校の他に静かに勉強できる場所が少ないなあ。」彦根おやこ劇場(以下、劇場)の富永さんは、自身が子育てでされていた中でこのような思いを持たれました。

また、学力が十分でないために入塾を断られ嫌な思いをした子どもの話を聞かれ、「勉強したい子どもなら誰もが気軽に参加でき、誰かに勉強を見てもらえる場所があるといいな。」と思われました。

そう思った思いから、3年前より市内の各学校での放課後学習支援に関わられています。部活動や下校時間厳守というルールから、その限界を感じておられました。

劇場で取り組まれてきた「子どもに寄り添う大人の学習会」で、ある先生が地域に勉強できる場を作っていたことを知り、学習支援の場を作りたい気持ちをさらに



高められていたところに、本会の「福祉のまちづくり活動助成事業」による助成を受けて、昨年の秋頃から「まなびば(学び場)基地」を本格的にスタートされました！

当初は劇場の会員である子どもだけの参加でしたが、近隣の小学校の協力を得て、子どもたちにPRチラシを配ったところ、少しずつ会員以外の子どもの参加も増えてきました。

「まなびば(学び場)基地」を「子どもたちを応援したい」という大人が集い、つながる場とした。そんな大人の姿を見て、子どもたちも「頑張ろう」と思える場になりたい。そして、子どもも大人もお互いに学び合える関係から、みんなが場を作っていきたい、というのが劇場の思いです。

最後に、富永さんより一言
「勉強したい！という気持ちさえあれば、どの子どもでも来てくれればうれしいです。」

◆開催日時

第1～3または4週の金曜日
(最終週金曜日は休み)
18時～20時30分

◆場所

子どもと大人の基地
(銀座ノムラビル3F)

◆利用対象

小学校高学年以上～高校生
／大学生・大人
・勉強する気持ちのある人
・子どもたちの勉強を見てあげようという人、一緒に勉強しようという人

◆利用費(運営協力費)

100円／1回

◆持ち物

宿題・課題ほか自習できるもの、筆記用具など

◆その他

彦根おやこ劇場会員・非会員は問いません。どなたでも大歓迎です。

◆連絡先

彦根おやこ劇場
090-6737-9868(富永さん)

彦根おやこ劇場の富永さんより

彦根市社協さんの助成金と、何より劇場の仲間からの「いいね、やろう!」「手伝えることがあればいつでも声をかけてね」という応援のおかげで、この「まなびば基地」を始めることができました！勉強したい子なら、誰でもいつでも来てくださいね(〇〇)/市内のあちこちに、こういう場が増えていくといいなあ(〇〇)





デイサービスの
おばあちゃんも一緒に！



【開催報告】

鬼ごっこ博士とおにごっこ

鬼ごっこを通して家族や地域のつながりが深まりますように…そんな思いを込めて、11月23日(祝) 稲枝地区ふれあい広場にて開催しました。就園前の子どもさんから80代のおばあちゃんまで約80名のみなさんが、年齢を超えて鬼ごっこを楽しみました。

—彦根にて—

彦根城、琵琶湖畔の美しい光景を横に見ながら、田園風景の中の静かな稲枝地区に行ってきました。

「鬼ごっこ博士と鬼ごっこ」ということで、2歳から80歳の親子、デイサービスから来られた車椅子のおばあちゃん達…たくさん集まってくれました。10の鬼ごっこを楽しみました。

最後にみんなで「だるまさんがころんだ」をしたのですが、車椅子のお婆ちゃんに鬼をしてもらい、「だあるまさんがこお～ろんだ」なんとも言えない楽しいリズムなのですね。

かつて、みんなで楽しんでいた風景を思い出させてくれました。

これからも三世代の鬼ごっこの集いをしてもらいたいと思います。

鬼ごっこ博士 羽崎泰男さん 2013.11.25ブログより

参加してくださった方の声



丸鬼が
おもしろかった。

鬼ごっこにも、
いろんなおにごっこが
あるんやなあ
(パパさん談)

外あそび少なくなった時代…
親子で全力で走って遊べました。
(ママさん談)



準備体操は、
ひこにゃん体操
& ひこにゃん音頭

盛り上がりました！
スポーツ鬼ごっこ
「たからさがし」



掛け声の楽しい！

「ことりことり」



“助け合う”という知恵
「まるおに」



◆南老人福祉センターからのお知らせ◆ ※市内在住で60歳以上の方が対象です。

♥趣味や仲間を増やし、生きがいのある人生をおくりましょう♥

南老人福祉センターでは下記のクラブが活動しています。参加ご希望の方は下記へお問い合わせ下さい。

【クラブ活動】

ク ラ ブ 名			活 動 日	時間帯	ク ラ ブ 名			活 動 日	時間帯									
大 正 琴	な	か	ま	毎月第1・3月曜日	午前	健康 体 操	メ	ダ	カ	会	毎月第2・4月曜日	午前						
	い	な	ほ	毎月第1・3木曜日	午前		さ			わ	や	か	ク	ラ	ブ	毎週木曜日	午後	
	ち	ど	り	毎月第2・4月曜日	午後		に			こ	に	こ	ク	ラ	ブ	毎週月曜日	午後	
	み	ず	す	ま	し	毎月第2・4金曜日	午前	自主リハビリグループ「たけのこ」					毎月火曜日	午後				
	す	ず	ら	ん	毎月第2・4木曜日	午前	な					で	し	こ	太	極	拳	毎週水曜日
パ			ソ	コ	ン	ク	ラ	ブ	将	棋	ク	ラ	ブ	毎月第1・3金曜日	午後			
			コ	ン	ク	ラ	ブ	こ	す	も	す	ク	ラ	ブ	(ハーモニカ)	毎月第1・3火曜日	午前	
手芸クラブなかよし			毎月第2水曜日	午後														

【お楽しみ映画会】

開 催 日	開 始 時 刻		備 考
毎 月 第 3 水 曜 日	1 回 目 : 午 前 9 時 30 分 ~	2 回 目 : 午 後 1 時 30 分 ~	申込み不要・無料

【平成26年度 開催予定講座等】

- ・絵手紙講座
- ・手芸講座
- ・苔玉作り
- ・パソコン講座
- ・シニア元気塾
- ・お楽しみ映画会
- ・寄せ植え講座
- ・アレンジフラワー講座
- ・将棋初心者講座
- ・囲碁初心者講座
- ・カラム大会
- ・発表会
- ・作品展
- ・グランドゴルフホールインワン大会

※その他ご希望の内容があればお聞かせください。

【お問い合わせ先】

彦根市南老人福祉センター 〒521-1105彦根市田原町13-2 TEL: 43-6700 FAX: 43-6711

心配ごと相談..

問題を解決するための「最初」の窓口

予約不要
相談料無料

開所日

毎週水・金曜日 午後1時～4時

※ただし、祝日の場合は開設しません。

場 所

彦根市福祉センター

別館2階 相談室（彦根市平田町670）

相談できる内容

友人関係、家族、生計の問題など困りごと全般

※秘密は厳守し、本人の同意のない限り外部に提供することはありません。

近年は日本各地で災害が発生しており、昨年9月の台風18号による被害は、みなさんの記憶にも新しいところです。

彦根市社会福祉協議会では、災害に対する備えの啓発と、災害が発生しても住民同士が支えあい、助けあうことができるまちづくりに取り組むためのきっかけづくりとして、2つの中学校区で講座を開催しました。



鳥居本

【講演】

高島市災害ボランティア活動連絡協議会
山本 昇子さん

H25.11.16 (土)

鳥居本地区公民館

参加者/約30名

〔鳥居本学区社会

福祉協議会と共催〕



南中

【講演】

日本防災士会滋賀県支部
湖北・湖東ブロック会員
その他、非常食試食・グループワークも実施

H25.11.17 (日)

南地区公民館

参加者/約50名

災害にも強いまちづくり

防災基礎講座を開催

お知らせ 出合い ぶれあい 支え合い

民生委員
児童委員
の活動

稲枝民児協

◎にこにこ広場（子育て井戸端会議）

ふれあいと交流の場で“楽しい時間”を過ごしてください。お母さん方はもちろん赤ちゃんも友だちをさがしています。遊びやふれあい体操、やさしい工作など、笑顔でおしゃべりできるようスタッフ一同お待ちしております。



〔日時〕 毎月第2・4金曜日（祝日休）

〔対象〕 就園前の乳幼児と保護者

〔時間〕 午前10時～11時30分

〔場所〕 南老人福祉センター和室

〔本件担当〕 中川（自宅） TEL 43-2069

城陽民児協

◎新委員でスタート！

●城陽民児協11名中（主任児童委員共）8名が新委員。力を合わせ地域福祉の向上に役立つよう頑張ります。我々は、日頃の各地域活動のほかに

①子育て支援の一環として小学生対象に「親子体験学習」に約70名が福祉バスで楽しい夏の1日を例年過ごしています。

②70歳以上の学区内の方を対象に、楽しい「高齢者ふれあいサロン」を開催。

③赤ちゃん（生後4ヶ月まで）宅を主任児童委員と協力して訪問しています。

④市主催「よっておいで元気っ子」の集いに協力。ふれあいの館。4・5歳児

〔本件担当〕

広報部・寺村（自宅） TEL 25-1641

亀山民児協

◎独居高齢者「ふれあいの集い」を開催

ひとり暮らしをされている高齢者の皆さんの毎日に少しでも変化と潤いをつけ加えていただけたらと、昨年4月17日、「ふれあいの集い」を開催しました。なお、亀山社会福祉協議会から心強い協力のお申し出があり、今年度から亀山民児協との共催となりました。

当日、午前中はJAボランティアの皆さんによる寸劇で介護について楽しく学びました。

昼食後は、ゲームやクイズなどで頭の体操をしたあと、久しぶりに大きな声でなつかしい歌をみんなで歌いました。終始和やかな雰囲気の中で終了し、ささやかなおみやげをお持ち帰りいただきました。

〔本件担当〕 菱川 TEL 25-0425

からだの不調

- ・なかなか眠れず、早くに目が覚める
- ・食欲がわかず、体重が減る
- ・体を動かしにくくなる
- ・疲れやすくなる
- ・頭痛、肩こり、胃痛、下痢または便秘などの症状が起こる

こころの不調

- ・憂うつな気分になる（悲しい、涙がでる、イライラする）
- ・何事にも興味や関心がなくなる
- ・自分を責めてしまうようになる
- ・思考力、集中力、記憶力が低下する
- ・死について頻繁に考えるようになる

○うつ病の心身の症状

高年齢期のうつに要注意

高年齢期は配偶者や友人との死別、仕事などの役割がなくなるなど、喪失感を抱くことで気持ちになるなど、込みややすく、うつ状態になることが多い時期です。うつは誰でもなる可能性のある病気です。次のような症状があったら、かかりつけ医や専門機関へ受診するようにしましょう。

保健師からのメッセージ 82 高齢者の健康

今回のテーマ
うつも防いで、いきいきと暮らしましょう



豆乳茶碗蒸し

<簡単調理メニュー>

◎材料(2人分)

アスパラガス……………2本
しめじ……………50g
花麩……………2個
卵……………2個

だし汁……………50ml
④豆乳……………200ml
薄口しょうゆ……………小さじ1
塩……………少々

1人分 エネルギー 173kcal 脂質 9.2g 塩分 0.8g
たんぱく質 12.9g カルシウム 62mg

◎作り方

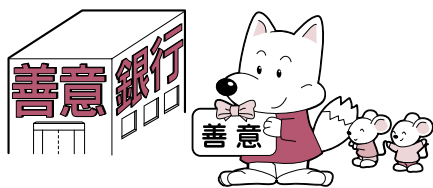
①卵を溶き、④を入れて混ぜておく。
②アスパラガスは茹でて斜め切りにし、しめじは石づきを除去、手でほぐしておく。
③器に②と花麩を入れ、①の卵液を静かに注ぎ入れ、蒸し器で蒸す。（竹串を刺して透明な汁が出てきたら蒸しあがっています。不透明な汁が出てきたら、もう少しそのまま蒸してください）

ポイント

具材は、冷蔵庫にあるもので組み合わせたら味の変化などが楽しめます。また、のど越しの良さから食欲のない日や体をいたわりたい日におすすめです。

○うつ予防のポイント

- ・規則正しい生活リズムをつくりましょう。
- ・起床や就寝時間を一定にする、一日三食食べるなど基本的な生活リズムを守りましょう
- ・こまめに外にでる機会をつくりましょう。
- ・趣味を通じて人と交流する機会をもちましょう
- ・趣味をもつことで、同好の仲間ができたり、活動の機会も増えます
- ・十分に休養をとりましょう
- ・疲れているときは無理をせず、ゆっくり休みましょう。



あたたかい思いやり ありがとうございました。

お問い合わせ先 ▶ 彦根市社会福祉協議会 彦根善意銀行 ☎22-2821

平成25年11月1日~12月31日

〈古切手、使用済みテレホンカード〉 (敬称略)

△レインボータウン南彦根子ども会 △馬場一郎 △榎グラン
デ久 △相互自工榎 △西澤悦子 △稲枝地区社会福祉協議会
△近江ふるさと園 △芹流会 △後三条シニアクラブ寿楽会
△大阪ガスサービスショップナカジマ △彦根市立病院訪問看
護ステーションほほえみ △四ツ門信夫 △ライブの会
△彦根市健康推進課 △彦根市まちづくり推進室 △川瀬馬場
駅地区老人会 △宇尾町老友会 △榎ナイキ彦根工場 △丸松
木材榎 △古沢鶴寿会 △榎ワールドプラン彦根営業所
△安清町清友クラブ三ツ田正子 △彦根市ふたばデイサービス
センター △彦根市障害福祉課 △彦根市南部土地改良区
△(有)藤塚時計店 △榎日本デキシー滋賀工場 △南デイサービ
ス、南老人福祉センター △滋賀県立彦根西高等学校 △木下
恵美子 △高宮学区和楽会女性部 △テーカー物流サービス(有)
△(有)光田産業 △要約筆記サークルキャロット △清水工業榎
△しあわせ保育園 △千歳会 △赤十字奉仕団 △辻堂町老人
会 △田中絢菜、結菜 △葛籠町福寿会 △箕田三三枝
△榎たけびし滋賀支店 △小川利一 △自強術普及会彦根教室
△彦根市老人クラブ △デイサービスセンターきらら △彦根
地域勤労者互助会 △J-サーキット大藪店 △アケボノ特機
榎 △匿名 (9件)

〈ベルマーク・ロータスクーポン〉 (敬称略)

△馬場一郎 △相互自工榎 △西澤悦子 △芹流会 △後三条
シニアクラブ寿楽会 △四ツ門信夫 △川瀬馬場駅地区老人会
△丸松木材榎 △木下恵美子 △高宮学区和楽会女性部
△辻堂町老人会 △小川利一 △デイサービスセンターきらら
△匿名 (7件)

金銭預託

(敬称略)

氏名または団体名	金額(円)
前田一郎(南デイサービスセンターへ指定寄付)	1,000,000円
榎フタバヤ (商品)	157,509円
榎フタバヤ (募金箱)	6,776円
フタバヤ睦会	150,000円
榎フタバヤ(大島社会福祉協議会へ指定寄付)	75,247円
彦根山草会 会長 渡邊輝世(彦根学園へ指定寄付)	50,000円
JA東びわこ女性部 部長 近藤友子	3,000円
福祉ボランティアグループ地蔵	5,000円
昭和電工榎彦根事業所	272,393円
辻堂町老人会	2,424円
新海町クローバーの会(れんげはうす、あじさいの家へ指定寄付)	20,000円
野田山堂	1,000円
野田山堂お客様一同	1,000円
エアロビックサークル野田山堂運動部	500円
野村惣三郎	10,000円

物品預託

(敬称略)

氏名または団体名	品目
西澤悦子	はがき、靴下他
後三条シニアクラブ寿楽会	はがき
彦根部会郵便局長夫人会	タオル
森 美恵	紙おむつ
デイサービスさくら	洗剤
西澤悦子	靴、靴下他
西川 宏	お米
JA東びわこ女性部 部長 近藤友子	お米、タオル
エフエムひこねコミュニティ放送榎	車椅子 2台
代表取締役 小幡善彦 (10月預託分)	未使用切手
匿名	はがき
匿名	お米
匿名 (3件)	紙おむつ

善意銀行からのお願い

- ①古切手・使用済みテレホンカード・ベルマーク・ロータスクーポンをお持ちいただく際は、分別のご協力をお願いします。
- ②広報紙「社協ひこね」の点訳・音訳、また、預託者のお名前・社名等を公表するにあたり、下記のことにご協力ください。
 - 1) 公表することにご了承いただける場合は、お名前等をはっきり明記してください。
 - 2) お名前・社名等は必ず『フリガナ』の記入をお願いします。一特に意思表示のない場合は、掲載させていただきます。

●物品の寄付につきましては、衣類、くつ下、タオルなどの未使用品、家具、福祉用具などは今後も活用できる物をよろしくお願いします。
○広報紙「社協ひこね」の点訳・音訳、または預託者のお名前・社名等を公表するにあたり、名前をはっきり明記いただき『フリガナ』の記入をお願いします。(特に意思表示のない場合は、掲載させていただきます。)
○古切手・ベルマークなど分別のご協力をお願いします。

『小児難病救済基金』助成制度 のお知らせ

ご活用ください

かつて難病と闘った「ともや君」に寄せられた、市民のみなさんからの募金を原資とした「小児難病救済基金」。

市内に在住する乳幼児および児童で、小児慢性特定疾患をはじめ医師が難治性と認めた疾患患者を対象に、その治療に係る医療費以外の費用(交通費など)の一部を助成するものです。

お問い合わせ先

彦根市社会福祉協議会 地域福祉課
彦根市福祉センター別館(平田町670)
TEL: 22-2821 FAX: 22-2841

貸衣装 ニュース!!

- ・単品貸出OK!
- ・市外の方OK!
- ・お手頃価格でコーディネート♪

平成27年度「振袖予約」受付中です!

貸衣装 利用料金表		
女 性	留袖	3,000～25,000円
	訪問着・附下	15,000～18,000円
	振袖	30,000～35,000円
	喪服・ブラックフォーマル	5,000円
	洋服 (慶弔用)	1,000～8,000円
男 性	紋服	6,000円
	モーニング	4,000～5,000円
	略礼服	3,000円
子 ども	祝着	5,000～7,000円
	七五三	5,000～8,000円
	男児スーツ	2,000～2,500円
	女児ドレス・スーツ	2,000～2,500円

※詳しくは下記までお問い合わせください。

【場 所】彦根市福祉センター別館1階

(彦根市平田町670) 貸衣装室

【営業時間】月～金曜日8:30～17:15 (祝日は除く)

【お問い合わせ】彦根市社会福祉協議会

電話:22-2821 FAX:22-2841

この事業で得た収益は、彦根市社協が推進する地域福祉活動に広く活用しています。

弁護士
司法書士
社会福祉士
が内容に応じて
相談をお受けします!



高齢者・障がい者 なんでも相談会 in 湖東地域

2月7日(金) 13:30～16:30

場所: 愛荘町立福祉センター愛の郷

3月1日(土) 13:30～16:30

場所: 彦根市障害者福祉センター

相談無料&予約不要! 高齢の方や障害のある方、福祉関係者の方も相談していただけます。どうぞ、お気軽にお越しください。

【お問い合わせ】彦根市社会福祉協議会

TEL:0749-22-2821 FAX:0749-22-2841

大好評!

社協クイズ 130

問題

平田幼稚園の園児(ジュニアポリス)ががんばりました!!
「歳末〇〇訪問」!! 〇〇の中に入る言葉は?

応募方法

はがきに、①クイズの答え、②住所、③氏名(フリガナ)、④年齢、⑤電話番号、⑥今月号の感想やまちのほっとな話題等をご記入のうえ、平成26年2月28日(金)(当日消印有効)までに〒522-0041 彦根市平田町 670 彦根市社協「社協ひこね」クイズ係 までご応募ください。
抽選で5名様に「ふくしの店」からすてきなプレゼントを差し上げます。

いつもたくさんのご応募ありがとうございます。
おしくも当選を逃された方、今回はがんばって!

前回(12月1日号)の答え

たすけあい でした。

当選おめでとうございます♪

安佛久仁男さん 川崎 通雄さん 木原 正さん
宮川 宣さん 森居 和美さん

読者のみなさんからご提供いただいた個人情報は、当選者へのプレゼント発送・ご質問に対する回答など、今後の地域福祉活動の参考にさせていただきます。他の目的には、使用いたしません。

☆あなたのまちの「ほっとな話題」をぜひ教えてください。身近な地域が取りあげられるチャンス!