

わかさ 社協だより

vol.40

2014年
10月21日発行



災害ボランティア活動 ～今、私たちにできること～

福知山市へ災害ボランティアバス運行

今年全国各地でさまざまな災害が起きています。京都府福知山市でも8月16～17日にかけて降り続いた雨により大きな被害が発生し、『災害ボランティアセンター』が立ち上げられ、若狭町では被災1週間後の8月22日にボランティアバスを運行し、現地で活動を行ってきました。

現地と連絡・調整をしながら8月20～8月21日の2日間ボランティア募集を行ない、住民の方々と社協職員、総勢20名で福知山市へ入りました。

当日は、朝6時に若狭町を出発し、9時過ぎに現地へ到着。福知山市災害ボランティアセンターはたくさんのボランティアの方々に溢っていました。活動場所である岡ノ三自治会に近づくにつれ、浸水によって使用できなくなった家具等が道に並んでおり、被害の大きさが感じられました。

現場到着後は二手にわかれ、主に水に浸かった家具等をゴミ処理場に積む作業をしました。今回の災害により、自治



会内の市営住宅1階部分がほとんど水に浸かり、住居内にあった家財道具の大部分が使えない状態になっていました。途中から雨が降りだし雨脚をみながらの活動となりましたが、自治会長さんを中心に地元の方々と協力しながらスムーズに作業ができ、団地2棟分の家財道具等を片付けることができました。

雨がひどく午前中だけの活動となったのは残念でしたが、ボランティア活動中は、自治会長をはじめとする住民の方々から「ボランティアに入ってもらえないと思っていたから来てくれて嬉しい」「ありがとう」等の言葉に、こちらも元気をいただきました。

今回のように、今後も若狭町として被災地支援を行なっていきたいと思います。



若狭町災害ボランティアセンター連絡会始動 ～平常時からのネットワークづくりを～

昨年の台風18号災害から早1年。「平常時からのネットワークづくり」が不十分であったことが大きな課題(反省点)として挙がっており、関係者間で具体的な取り組みを協議した結果、8月29日には災害に備えた地域住民・各関係機関・団体等とのネットワークづくりを目的に、若狭町災害ボランティアセンター連絡会が設立されました。設立全体会には、災害ボランティアセンター連絡会構成団体(下表)から多くの方々にご参加いただき、台風18号災害ボランティアの活動を振り返りながら今後の取り組みについて共有しました。

若狭町災害ボランティアセンター連絡会のみなさんと一緒に、平常時より災害時に迅速に動くことのできる体制(土台)をつくることで、災害に強い地域づくりを目指していきます。



若狭町災害ボランティアセンター連絡会 構成団体

種別	団体名	協議会	全体会
協議団体	若狭町民生委員児童委員協議会	○	○
	若狭町ボランティアセンター運営委員会	○	○
	若狭町赤十字奉仕団	○	○
	若狭町女性の会	○	○
	福井県南部郵便局長会若狭中部会	○	○
	NPO法人わかさ Reco.	○	○
	若狭町環境安全課	○	○
	若狭町福祉課	○	○
協力団体	若狭町社会福祉協議会	○	○
	区長会		○
	公民館長会		○
	地域づくり協議会		○
アドバイザー	わかさ東商工会青年部		○
	日本赤十字福井県支部無線奉仕団若狭分団		○
	敦賀美方消防組合	○	○
	若狭消防組合	○	○
	福井県社会福祉協議会	○	○
	福井県総務部男女参画・県民活動課	○	○

【協議団体】

定期的な協議会に参加いただき、災害ボランティアや防災に関して協議いただく。

【協力団体】

年数回の全体会(研修含む)に参加いただき、災害ボランティアや防災について情報交換や共有を行う。

【アドバイザー】

専門的立場からセンター運営および災害ボランティア活動について助言いただく。

〈事務局〉 若狭町社会福祉協議会
TEL: 0770-62-9005 担当: 満田



意志あるお金を共同募金に。

赤い羽根共同募金運動がスタートしました。

今年も10月1日から『赤い羽根共同募金運動』が全国一斉にはじまりました。みなさんのあたたかい心がこめられた募金は、高齢者、障がい者、子どもたちなど幅広い地域福祉活動に役立てられます。また、異常気象等により災害が多く発生している昨今、その備えとして『災害等準備金』を積み立て、大規模災害発生時のボランティア活動支援などにも共同募金が役立てられています。

今年もご協力お願いいたします。

平成26年度共同募金【計画】

募金目標額 (若狭町)	助成計画	
4,000,000円	H26年度歳末たすけあい事業費	1,600,000円
	○ 障がい者交流会事業 (ふれあいの集い)	○ 障がい児激励事業 (クリスマス会)
	○ 介護者リフレッシュ事業	○ 歳末たすけあい配食事業
	○ ひとり暮らし高齢者交流会事業 (実施時期: H27年6~9月予定)	
	○ 敬老月間スマイル事業【仮称】 (実施時期: H27年9月予定)	
	H27年度地域福祉事業助成	1,681,000円
	○ 小地域福祉活動推進事業 (モデル集落への助成、セミナー等)	
	○ 福祉団体等活動支援事業 (グループ、団体等への助成)	
	○ 福祉教育・児童育成支援助成事業 (小・中学校、保育所(園)等への助成)	など
	広域助成金 (福井県共同募金会へ)	719,000円



赤い羽根共同募金

10月1日(水) ~ 12月31日(水)



3分でわかる介護

Vol.29

3分でわかる介護は、できるだけ家庭での介護負担を軽減できればと思いシリーズ化しています。

椅子からの立ち上がり編

加齢により筋力が低下した方は、安全に立ち上がることが困難なことが多いです。床からの立ち上がりは、重心を低い位置から高い位置まで持って行く必要がありますが、動作が複雑になるため、難しくなっていきます。立ち上がりが難しくなってきた方に椅子を使用させていただくことで、立ち上がりをやすくすることができます。今回は椅子からの安全な立ち上がりのポイントを説明していきます。

椅子選びのポイント

- 椅子は身長にあった物を選びましょう。身長に0.27をかけた高さが良いと言われています。
※身長160cmの方の場合 160×0.27=43.2cmの高さの椅子になります。
- 座面の下に空間があるものを選びましょう。(足を引く動作をする際に必要)
- 回転する椅子は立ち上がりの際に体ごと回ってしまう危険があるため向きです。

椅子からの立ち上がり

1. 座っている状態から浅めに座り足を軽く引きまします。
※足を後ろに引くことで足の裏に体重が乗りバランスを取りやすくなります。



2. 少し反動をつけるイメージで前方へお辞儀をします。そうするとお尻が軽く浮きます。
※頭を下げることで重心が移動します。



3. お尻が軽く浮いたら膝を伸ばし、しっかりと立ち上がります。



介助する場合のコツ

椅子からの立ち上がりができない理由は主にお尻が浮かない事にあります。まず要介護者の横でお辞儀動作の邪魔にならないように立ちます。介助者は脇と腰に手を添え、要介護者がお辞儀をし、お尻が浮いてきたところを脇に添えた手で支えながら腰を押し、前方・斜め上に誘導します。



注意事項

- 前方の手すりを使った立ち上がりは重心が後ろに残りやすくなるため、後方にバランスを崩すことがあります。
- 膝折れに注意しましょう。膝を伸ばす筋力が弱い方を介助する場合は、介助者前方から足を相手の膝へ当てて、膝折れを防止しましょう。
- 関節の動きが悪い方や筋力の低下が著しい方、その他病気により体の動きが悪い方は介護士、看護師、リハビリスタッフ等に相談することをお勧めします。



みんなで楽しくお買い物♪

『みそみ買い物メイト』が始動しました!!

「買い物に行きたいけど、行く足がない」「みんなで楽しく買い物がしたい」そのような地域の高齢者の要望に応えようと始動した、みそみ買い物メイト。地域住民によるボランティアの輪によって、活動が開始され地区内では笑顔が多く見られるようになりました。今回はみそみ買い物メイトの活動をご紹介します。

若狭町社協では、地域内の支え合いボランティアによる送迎支援を推進していくことを目的として車輛を貸し出す「地域で支える送迎サービス事業」を実施しています。この事業を活用し、若狭町では明倫地区に続いてみそみ地区でも高齢者の送迎を支援しようと、みそみ地域づくり協議会見守り部会が主導となりみそみ買い物メイトが平成26年7月より始動しました。



買い物にでかけたい…

平成24年度に各地区で実施された地域支え合い検討会議では、地区内での課題が話し合われ、みそみ地区では高齢者等の交通の不便さが課題として挙げられていました。平成25年度からは地域支え合い検討会議の内容を引き継ぐかたちで、地域づくり協議会が設立され、引き続き課題として取り組み、見守り部会の中で協議した結果、地域住民の運転ボランティアによるみそみ買い物メイトを始動することとなりました。

運行日は月・火・水・土の週4日。集落ごとにグループ分けをし、運行日程が決まっています。行きは集落内の決まった場所に集合し、帰りは家の前までボランティアさんが送迎をしてくれます。行先はレピアとPLANT-2の2ヶ所。協力金として200円をお願いしており、ガソリン代に充てられています。運転ボランティアとしての登録は18名、利用登録者は80名となっています。また、8月末現在の利用者数は延べ129名となり、多くの方が利用されています。



広がる笑顔の輪

利用者からは、喜びの声が届いています。「久しぶりに買い物ができて楽しかった」「みんなで出かけられるのが嬉しい」「運転手さんが優しいので嬉しい」と、皆さん笑顔で話されていました。外出する喜び、人とつながる喜びを感じているようです。「車内ではいつも会話が弾み、とても楽しい雰囲気です」とボランティアさん。お互いを思いやる気持ちが、みそみ買い物メイトの活動につながっていることが分かりました。

思いやりを大切に

手探りの中で活動をし始めて早3ヶ月がたち、見えてきた課題もあります。「ボランティアとして継続して活動してもらうために、負担を減らすことはできないか」「取りまとめの方法を利用者も分かりやすい方法にするにはどうしたらいいか」など活発な意見が、見守り部会では聞かれます。見守り部会の山田部会長も「地域の関係者とボランティアが頭をひねって生み出したこの活動が徐々に形になり、嬉しいです」と話されていました。住民主体の活動であるみそみ買い物メイトの今後の活動にも目が離せません!!



福祉の情報お届けします

welfare information

若狭町制10周年記念事業「ハート&アートフェスタ2014」開催

今年で8回目を迎える福祉と文化の祭典「ハート&アートフェスタ2014」。町内の各関係機関・団体が一体となり福祉と文化の融合、その増進を目的に開催しています。さらに今年は、若狭町制10周年記念の豪華な企画が盛りだくさん!!子どもからおとなまで楽しめること間違いなし!!みなさん、ぜひご来場ください。

- 【日 時】11月14日(金)～11月16日(日)
- 【場 所】パレオ若狭&若狭町歴史文化館
- 【社協催事内容】
 - 「あなたのまちのランティエ・コンテスト」作品展・表彰式
 - きらりアート展表彰式
 - ケアマネジャーによる介護相談
 - 赤い羽根共同募金街頭運動

【問い合わせ先】
若狭町社会福祉協議会 パレオ若狭本所 TEL: 0770-62-9005 担当: 満田

若狭町社協 web サイトをリニューアルしました。

若狭町社協の組織、活動状況から地域福祉の推進事業、ボランティア、各種福祉サービス等について、全てのデザインを一新して分かりやすく掲載しています。

今回のリニューアルでは、法人の情報公開や様式ダウンロードのページ、地域の活動紹介等も追加し、より沢山の情報が閲覧できるようになりました。

今後も更に内容を充実させ、たくさんみなさまにご覧いただけるような情報をお届けしたいと思っていますので、今後ともよろしくお願いいたします。

若狭町社会福祉協議会 web サイト
<http://www.w-shakyo.or.jp/>



ちゅぶくろ～ボランティア



やさしさを ありがとう

平成26年7月21日～9月20日

「社会福祉事業に役立てて下さい」と下記の方々よりご寄付をいただきました。預託や寄付いただいた物品は、地域や若狭町社会福祉協議会にて有効に使わせていただきます。下記以外にも多くの方々より、使用済み切手やエコキャップ等のご寄付をいただきました。ありがとうございました。(敬称略・順不同)

福祉基金			
下島芳和(末野)	100,000円	匿名(大鳥羽)	8,730円
匿名(田井野)	50,000円	匿名(横渡)	100,000円
匿名(世久見)	200,000円		

物品預託			
匿名	オムツ	河村石松(相田)	野菜
石井謹吾(上野)	車イス、オムツ、パット	観音川宮農組合	米



現在は？
若狭町社会福祉協議会いずみ事業所にてデイサービス職員として勤務しています。

若狭町の好きなのは？
様々な世代の人たちが笑顔で交流できるところです。

理想のタイプは？
尊敬できる人。たくさん笑って、たくさんしゃべる人。

趣味は？
古着屋巡り、フットサル、読書。

今行ってみたい場所は？
日本三景。

今はまっていることは？
ぼうし集め。

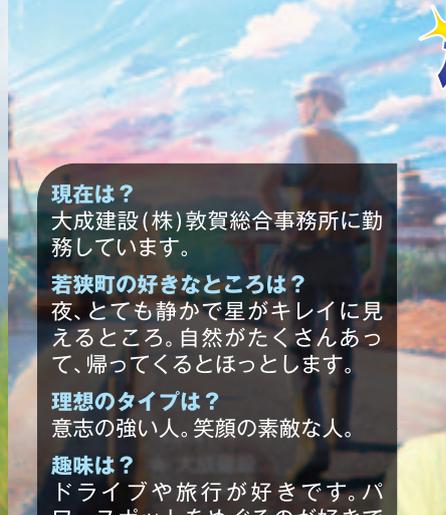
夢は？
すてきなおじいさんになること。

幸せを感じる瞬間は？
おいしいケーキやチョコレートを食べた瞬間。

ぼうし集めにはまっています

齊藤 Saitou Hiroto
裕人

若狭町三方 29歳
A型 おひつじ座(独身)



現在は？
大成建設(株)敦賀総合事務所に勤務しています。

若狭町の好きなのは？
夜、とても静かで星がキレイに見えるところ。自然がたくさんあって、帰ってくるとほっとします。

理想のタイプは？
意志の強い人。笑顔の素敵な人。

趣味は？
ドライブや旅行が好きです。パワースポットをめぐるのが好きです。手芸や小物づくりなどちまちました作業をするのも好きです。

今行ってみたい場所は？
海外旅行に行ってみたいです。オーロラやイグアスの滝、いろいろな世界遺産を見てみたいです。

今はまっていることは？
手ごねでパンを作ること。こねている時のパン生地感触と出来た時の達成感がたまりません。

夢は？
結婚して子どもを産んで母親になっても、仕事も家庭も自分の時間も大切に、充実した生活を送りたいです。両親のように仲の良い夫婦になりたいです。

幸せを感じる瞬間は？
友達とグチを言い合ったり、くだらない話をしたり、疲れるくらい一緒に笑ったりしている時、何でも言える友達がいてくれて本当によかったと感じます。



小堀 Kohori Miho
美穂

若狭町北前川 28歳
A型 かに座(独身)

両親のように仲の良い夫婦になりたい

岬スポーツ教室(卓球)

《登録メンバー》 7名

《指導者》

森下幸太郎
小西 洋
松本早人

《練習日》

毎週水曜日

《練習場所》

岬小学校体育館

《主な大会》

若狭町卓球大会



設立20年以上の歴史がある岬スポーツ教室。少人数ではありますが、一生懸命練習されています。男子3、女子4の計7名の登録で、指導者の森下さんは、大会へ出場するための練習も大切だが、保護者の方も練習に参加してもらい、子どもとのコミュニケーション、見守るということも自然に出来て、アットホームな教室として続けていけたらとおっしゃっていました。この日の練習も保護者の方、また、小学校へあがるまえの小さなお子さんまで駆けつけ、練習を盛り上げていました。

