



【平成 26 年度佐渡市社会福祉大会】

## 支え合う地域づくりへ

■ **特集** P 2～3 佐渡市社会福祉大会を開催しました

編集・発行

社会福祉法人 **佐渡市社会福祉協議会**

佐渡市畑野甲533番地 TEL0259-81-1155 FAX 0259-81-1156

<http://care-net.biz/15/sado-shakyo/>

# 社会福祉大会、盛会裏に終わる



10月10日（金）アミューズメント佐渡において平成26年度佐渡市社会福祉大会を開催し、社会福祉の発展に尽力されました方々の表彰を行いました。

当日は見事な秋晴れで、ボランティアの方をはじめ多くの方々のご協力もあり、1,000名を超える市民の皆さまからご来場いただきました。また、今回は合併10周年を記念する大会ということで、講師に鎌田實先生をお迎えし、ご講演をいただきました。

## 佐渡市社会福祉協議会会長表彰

佐渡市社会福祉大会において、以下の方々が表彰されました。

（順不同、敬称略）

### 【個人】 12名

#### ◇社会福祉の進展に尽くし、その功労特に顕著の者

市山 征紀（両津夷） 山田 智子（両津夷）  
関川 秀明（八幡町） 大崎 嘉代（千種）  
佐藤 美恵子（飯持）

#### ◇民生委員児童委員として10年以上在職し、その功労特に顕著の者

山口 紀幸（大倉） 中村 千夏（相川石扣町）  
高野 勇（稲鯨） 立野 郁子（入川）

#### ◇社会福祉事業施設・団体の役職員としての在職期間が役員は10年以上、職員は20年以上あり、特に功労顕著の者

山本 嗣昭（達者） 廣山 松太郎（水渡田）  
椿 淳一郎（庭場）

### 【団体】 2団体

#### ◇社会福祉の進展に尽くし、その功労特に顕著の団体

両手の会（両津地区）  
ボランティアグループ金泉会（相川地区）



## 記念講演

### 「地域で命を考える

～命・絆・生きがいを考える～

諏訪中央病院名誉院長

鎌田 實 様

長野県茅野市の病院に40年間お勤めになり、かつて“脳卒中全国ワースト1位”だった長野県が現在の“平均寿命日本一”へと姿を変えるきっかけを作られた鎌田先生。“住民の意識改革”こそが成功の要だったと話され、「これは医者の方ではなく、地域住民の力です」と、地域のつながりの重要性を説きました。

また、週4時間の社会貢献活動で高血圧のリスクが40%も下がるという驚きの調査結果とともに、「1%の力だけでも誰かのために行動できれば、そこから何かが変わります」と、互いに思いやり助けあうことと行動を起こすことの大切さを教えてくださいました。

生きがいこそが健康長寿の秘訣とのお話も大変印象的で、会場には笑いあり驚きあり感動あり、あっという間の1時間40分でした。

また、大会終了後にはサイン会を行っていただき、会場は大いに盛り上がりました。

誰だって、  
誰かのために何かできる



## 映像紹介「三百六十五歩のマーチ体操」

今回の大会に向けて考案された「三百六十五歩のマーチ体操」。テンポのよい音楽が流れ、地域の茶の間やサロンに参加されている皆さんのいきいきとした表情がスクリーンに映し出されました。すると会場にも次々と笑顔の花が咲き、ご来場の皆さんも一緒に体を動かし、体操しました。

## 福祉施設・作業所の作品の販売

今年も多くの福祉施設等からご協力をいただき、各売り場にパンやお菓子、裂織りの小物などたくさんの商品が並びました。中には、赤い羽根共同募金のマスコットキャラクター「愛ちゃんと希望くん」がデザインされた商品も販売され、売り上げの一部を募金いただきました。

たくさんのご協力ありがとうございました。





## ご寄付ありがとうございました

平成26年10月1日～10月31日(受付順)

次の方々より、心あたたまる善意をお寄せいただきました。

お寄せいただいた金品は、地域福祉活動に役立たせていただきます。

### 《両津支所》

佐藤 マチ 様 (岩首) 50,000円

### 《相川支所》

キティー募金 (相川一丁目裏町菰よ) 様 4,639円

### 《佐和田支所》

匿名 車椅子1台、紙おむつ

匿名 タオル10枚

故 加藤 ミヨ 様 (大和) 50,000円

匿名 6,910円

中山 暉子 様 (河原田諏訪町)

手拭、バスタオル10枚、タオル100枚

奥林 潔 様 (東京都練馬区) 26,937円

岩下 彰顕 様 (橘) 衣類23枚

### 《畑野支所》

佐渡市赤十字奉仕団 4 区 様 25,600円

佐渡山草会 様 6,350円

匿名 5,000円

松ヶ崎遺族会 様 10,000円

匿名 2,148円

### 《羽茂支所》

岩野 フミ子 様 (徳和)

絵画1点、水墨画1点、テーブル、椅子3脚、

長椅子1脚、下駄箱

金田 ルリ 様 (赤泊) フットマッサージ器2台

なるほど!

## 介護の知恵袋

介護に関するお知らせや、介護をする際のちょっとしたコツなど、みなさんが日頃の暮らしの中で活用できる身近な情報を掲載していきます。



## ～インフルエンザの予防について～



日に日に寒くなり、風邪やインフルエンザが流行する季節になりました。風邪の症状は、のどの痛み、鼻汁、咳などが中心で、全身症状はあまり見られません。一方インフルエンザは、発熱、頭痛、関節痛、筋肉痛などの全身症状が突然現れるのが特徴で、高齢者の方は肺炎を伴うなど重篤な状態に陥る危険があり、特に十分な注意が必要です。

### 手洗い・うがい

予防の基本は手洗い、うがい。外から帰ってきたらすぐに手洗い、うがいをするように習慣づけましょう。



### 食事と休養

日ごろからバランスの良い食事と十分な休養をとり、体力や抵抗力を高めることも大切です。



### 乾燥は大敵

空気が乾燥するとインフルエンザにかかりやすくなります。これは喉や鼻の粘膜の防御機能が低下する為です。外出時にはマスクを着用したり、室内では加湿器などを使って適度な湿度（50～60％）を保つとよいでしょう。



## 予防接種

もう一つの対策として予防接種があります。予防接種をしても感染してしまうことがあります。発症をある程度抑える効果や、重症化を予防する効果があります。接種してからインフルエンザに対する抵抗力がつくまでに2週間程度かかり、その効果は約5ヶ月持続するといわれています。

島内では10月からインフルエンザの予防接種が始まっていますので、流行期前には接種が終わるようにしましょう。





# 発見! 発掘! ボランティア

voluntary  
topics



## プルタブ収集ボランティア

「畑野中のプルタブ収集の活動について」

佐渡市立畑野中学校 生徒会副会長 3年 恩田 浩志



みなさんは「プルタブ」を知っていますか。プルタブとは、缶コーヒーや缶ジュースなど、缶の飲料の飲み口を開けるときに引き上げる部分のことです。ひと缶にひとつ、しかも小さいパーツですが、これを集めると障がい者用の車椅子に交換することができます。

畑野中学校では、プルタブ収集の活動を平成 16 年から行っています。車椅子は活動が始まってから 8 年目に 2 台、そして、昨年度と今年度はそれぞれ 1 台ずつ、計 4 台交換しています。交換された車椅子は、畑野の老人福祉施設に寄贈しています。このことは、僕たちにとって、大変うれしいことです。とはいえ、この活動は僕たち畑野中学校の生徒だけで成し遂げられたことではありません。畑野中の生徒や先生方も一生懸命取り組んでいます。今こうやってたくさんのプルタブが集まり、車椅子と交換できているのは、地域の方々の協力のおかげです。畑野の地域が一丸となってプルタブ収集の活動をしているということは、とても素晴らしいことだと思います。これからも一層、地域の方々へのご依頼やお礼のご挨拶に伺いたいと思います。そして、PR 活動にもっと力を入れ、この活動の輪を大きくできたらと思います。

ささやかな活動ですが、僕は 2 つの点で社会に役立っていると思います。その一つは、この活動は足が不自由な方に役立てること。そしてもう一つは、限られた資源を大切にしている点です。特に、これから佐渡は高齢化が進んでいきます。だから、今まで以上にこの活動が有意義なものになっていくと思います。今後、この活動が広まって、いろんなところで取り組んでもらえたらうれしいです。消費税が上がったことで車椅子 1 台と交換するために

必要なプルタブが増えてしまいましたが、これからもたくさんの人と協力して、1 台でも多く車椅子と交換できるよう、がんばっていききたいです。



相川中学校JRC委員会では、主な活動として、数年前から空缶のプルタブ収集を行っています。在校生に限らず地域の方々や他の小中学校、福祉施設などに協力いただいて集めたプルタブを、磁石を使ってアルミとスチールに分別し、羽茂の美容室シャンビーへお渡ししています。活動当初は、預かったプルタブをそのまま美容室シャンビーへ受け渡すだけでしたが、怪我を伴う分別作業や数十Kg単位の配送手配などの大変な作業が多いことを知り、今では分別作業を行い、数十kg単位にプルタブを箱に詰めるまでJRC委員がやっています。

アルミプルタブ800Kgの資源で車椅子を1つ購入できます。美容室シャンビーでは、集まったプルタブで、愛広苑や真野の里へ車椅子を贈呈しており、「収集活動は大変だけど、喜んでいただける活動はできる限り続けたいし、佐渡各地域へ車椅子を贈呈することが目標です。」と、お話してくださいました。



**分別作業のボランティア募集!**  
美容室シャンビーでは、分別、配送作業を手伝っていただける方を募集しています。  
ぜひ羽茂ボランティアステーション  
(88-3838) へお問い合わせください。

## どんどん☆ボランちゃ

毎日元気にがんばるボランティアさん  
＝ボランちゃの星のようにキラキラ輝く姿を  
どんどん紹介するコーナーです。

今月のボランちゃは「<sup>ねいろ</sup>音色の会」のみなさんです。

平成7年、両津公民館に「お琴教室」の募集がありました。琴と三味線の仲間をなんとか10人集めて始まった「お琴教室」。年に1度の芸能祭には練習してきた古典曲を発表していました。数年が経ち、古典曲だけでなく、琴と三味線以外の楽器も取り入れて童謡なども演奏するようになり、仲間でもっと楽しみたいと、会の名前も「音色の会」と改名して今に至っています。現在、会員13名で週に1回練習をしていますが、教室から飛び出してボランティアに出掛けています。ボランティアを始めたきっかけは保育園や小学校からの演奏依頼ですが、今は琴、三味線の演奏だけでなく、歌や踊りも取り入れながら、ある時には敬老会、ある時には福祉施設の誕生日会などへと出掛けています。

結成してまもなく20年になりますが、続けていける秘訣はボランティアに伺うことで皆さんの笑顔が見られ、それに喜びを感じる。そして一番は、思いやりのある仲間と活動することで私達自身が心から楽しんでいることだと思います。だから仲間はみんな元気で、体の不調を言う人はいませんよ。これからももっと楽しく、元気に活動していきたいです。

(会長 本間京子)



# 情報掲示板

## 障がい者週間 温泉無料開放のご案内

- ◆期 間：12月3日（水）～12月9日（火）
- ◆内 容：障害者手帳をお持ちの方は無料で入浴できます。  
※介助者については、1人目は無料、2人目からは100円引きになります。
- ◆対象施設：ワイドブルーあいかわ、金井温泉金北の里、  
新穂湯上温泉、畑野温泉松泉閣  
※各施設の定休日にはご利用いただくことができません。



## 佐渡市ファミリーサポートセンター入会説明会・ 子育てボランティア講座を開催します！

ファミリーサポートセンターは、保育園終了後や放課後の預かり・保育園の送り迎え・習い事のお迎えなど、保護者の方が子育てをお手伝いしてほしいときに、会員同士で助け合う子育て応援の制度です。「まずはお話だけ」という方もお待ちしております！

- ◆日 時：12月6日（土） 13：00～16：40（受付12：30～）
- ◆会 場：新穂トキのむら元気館
- ◆内 容：入会説明とあわせて、お子さんを預かっていただくための養成講座を行います。  
預かってほしい方も役立つ内容です。（子どもの保育・食事・救急講習）
- ◆申込み：12月4日（木）までにお電話でお申し込みください。  
※当日、保育ルーム設置予定です。  
佐渡市ファミリーサポートセンター（社会福祉協議会内）  
電話81-1155



## 歳末たすけあい事業日程

支所・地区		日 程	支所・地区		日 程	支所・地区		日 程
両津支所		12月29日(月)	畑野支所	新穂	12月30日(火)	羽茂支所	小木	12月28日(日)
相川支所		12月26日(金)		畑野	12月29日(月)		羽茂	12月28日(日)
佐和田支所	佐和田	12月26日(金)		真野	12月29日(月)		赤泊	12月29日(月)
	金井	12月26日(金)	各地区で表のとおり歳末たすけあい事業(そば・鏡餅・おせち等の配付)を行います。お問い合わせは各支所までお願いします。					

## 12月開催 心配ごと相談

生活の様々な心配ごとや困りごとを気軽に相談できる窓口、「心配ごと相談」を開催しています。

お住まいの地区以外での相談もできますので、ぜひご利用ください。秘密は守られます。

地区	相談日	時間	会場
両津	2日(火)・13日(土) ・23日(火祝)	13:00～16:00	両津福祉センター しゃくなげ
	7日(日)	18:00～20:00	
相川	3日(水)・10日(水) ・16日(火)・22日(月)	9:00～12:00	ワイドブルー あいかわ
佐和田	27日(土)		佐渡中央会館
新穂	5日(金)		新穂行政サービス センター
真野	8日(月)		真野老人福祉 センター寿楽荘
羽茂	10日(水)	13:30～16:30	羽茂農村環境 改善センター

## 弁護士による無料法律相談

【佐和田・金井地区】

◆日 時：12月16日(火)  
10:00～15:00

◆場 所：佐渡中央会館

◆予約電話番号：57-8141  
(社協佐和田支所)

◆定 員：8名

◇新潟県弁護士会の協力を得て、借金問題や相続問題、交通事故、不動産取引などの法律相談に弁護士が応じます。

事前に予約が必要ですので、開催日の一週間前までにお電話ください。

秘密は守られます。



## 今月の クローズ アップ Close Up 福祉関係の団体を紹介します

### ボランティア団体 『つくしの会』



つくしの会は、主に佐和田地区の介護予防教室「にこにこお楽しみ会」を中心にボランティア活動をしています。年10回開催の介護予防教室では、参加者が安心して楽しめるよう、一人一人への見守りや介助、レクリエーション等を行っています。その他にも様々な行事やイベントの運営補助活動も行っています。

また、会員の中には、「おはようコールボランティア」や日常生活自立支援事業の「生活支援員」等の活動をされている方もおり、佐和田地区の福祉増進のため、日々活動しています。



★午年の皆さんの趣味や楽しみ、健康の秘訣を教えます★

輝く島の

うま年さん



午年の年男・年女のご紹介です！  
自薦・他薦問わず情報お待ちしております！！



かねこ しゅんじ  
**金子 俊二さん**  
さわた やはたしんまち  
(佐和田地区 八幡新町)  
昭和5年生まれ

故郷に帰って23年です。出身は沢根で現在は八幡に住んでいます。暇を見ては随筆創作や新聞投稿など、頭の体操をしています。帰島後は生涯学習ふれあい学級に参加して、出来るだけ自分より若い人と接して元気を貰っています。十年来がん闘っていますが、二病息災で野菜作りをして楽しみ、ストレス解消では真野湾に向かい吟詠をしてスッキリしています。



ながい いさむ  
**永井 勇さん**  
まの はまなか  
(真野地区 浜中)  
昭和5年生まれ

竹で編む田植えかごを作っています。佐渡でかごを作っている人は私ひとりになりました。竹仕事で指先を使うことが脳のトレーニングになっていると思いますし、好き嫌がなく食べ、話好きでよく笑うことも元気の秘訣です。孫、ひ孫とも一緒に暮らしていて、にぎやかな中でいろんな刺激を受けています。これからも、常に目標を持って過ごしていこうと思っています。

## いっただきま〜す♪元気ランチ

デイサービスセンターの昼食を紹介します



### 献立

- ご飯
- 鯖の味噌煮 (花型人参添え)
- みぞれ和え
- かきたま汁
- じゃが芋きんぴら

### 栄養士より

鯖のおいしい季節、脂ののった鯖をたっぷりの煮汁で煮込み、ふっくらと仕上げました。青魚独特の臭みが苦手な方でもおいしく食べられる様に、生姜の絞り汁を加えて煮込んでいます。

かむ・のみ込む事がしにくい場合は、鯖の身をほぐし、出汁を加えてすり鉢ですりつぶすとペースト状になり食べやすくなります。煮汁にゆるくトロミをつけ、器に盛った鯖にかけます。

### 【お詫びと訂正】

社協だより93号の特集ページ「認知症を支える地域の輪」の本文冒頭において表現に誤りがありました。お詫びして下記のとおり訂正させていただきます。

訂正前：現在、佐渡市の65歳以上人口のうち、認知症患者数はおよそ3,400人と推定されています。認知症の発症予備軍とされる軽度認知障害と合わせるとその数は6,400人となり、じつに65歳以上人口の7人に1人という割合です。

訂正後：現在、佐渡市の65歳以上人口のうち、認知症患者数はおよそ3,400人と推定されており、じつに65歳以上人口の7人に1人という割合です。また、認知症の発症予備軍とされる軽度認知障害と合わせると、その数は6,400人にもなります。

▼温泉割引券 切り取って、温泉フロントにお出しください。

#### 温泉100円割引券

ワイドブルーあいかわ  
金井温泉金北の里  
新穂湯上温泉  
畑野温泉松泉閣

《有効期限》  
平成26年12/1～12/31まで  
※1回1枚、大人のみ、コピー不可

#### 温泉100円割引券

ワイドブルーあいかわ  
金井温泉金北の里  
新穂湯上温泉  
畑野温泉松泉閣

《有効期限》  
平成26年12/1～12/31まで  
※1回1枚、大人のみ、コピー不可

#### 温泉100円割引券

ワイドブルーあいかわ  
金井温泉金北の里  
新穂湯上温泉  
畑野温泉松泉閣

《有効期限》  
平成26年12/1～12/31まで  
※1回1枚、大人のみ、コピー不可

#### 温泉100円割引券

ワイドブルーあいかわ  
金井温泉金北の里  
新穂湯上温泉  
畑野温泉松泉閣

《有効期限》  
平成26年12/1～12/31まで  
※1回1枚、大人のみ、コピー不可



環境にやさしい植物油インキを使用しています。