



佐渡市

社協だより

第117号
平成28年
10月25日発行



❖目 次

- | | |
|----------------------------|------------------------------------|
| P2～3 訪問入浴介護事業所 | P6 情報掲示板 |
| P4 どんどんボランチャ | P7 寄付のお礼・脳トレコーナー |
| P5 いきいきつうしん・
今月のクローズアップ | P8 輝く島の申年さん・
デイからこんにちは
表紙の紹介 |

編集・発行

社会福祉法人 **佐渡市社会福祉協議会**

佐渡市畠野甲533番地 TEL 0259-81-1155 FAX 0259-81-1156
<http://care-net.biz/15/sado-shakyo/>



煙突のある車

～りょうつ訪問入浴介護事業所～

ご自宅のお風呂で入浴することが難しくなった方や、デイサービスセンター等に通うことが難しい方などのために、ご自宅のお部屋に浴槽を持ち込んで入浴の介助を行う「訪問入浴介護事業」があります。佐渡では事業所の数が少ないため、初めて耳にする方もいらっしゃるかもしれません、煙突のついたワゴン車が私たち日本人の大好きなお風呂を乗せて、今日も佐渡を走り回っています。

お風呂がやってくる

みなさん、お風呂は好きですか?夏の間はシャワーで済ませていた方も、今の時期はお湯を張って入浴されているという方が多いのではないでしょうか。

日本人は世界一のお風呂好きと言われていて、その歴史は6世紀にまでさかのぼり、仏教とともに中国から伝わってきたとされています。そして、「お風呂に入ることは七病を除き、七福が得られる」と説かれたことから寺院を通じて庶民にも広まり、お風呂に入る習慣が始まったのだそうです。

入浴の目的は髪や身体を洗って清潔を保つことのほか、湯船につかることで身体が温まること、水圧によるマッサージ効果と浮力によって血行がよくなることなどが挙げられます。また、気持ちの面でもリラックスできますよね。そんな、私たちにとってなくてはならないお風呂が、ご自宅の寝室やリビングにやってくる介護サービスがあります。

新潟800 さ 49-31

現在、社協の移動入浴車は1台。この1台で佐渡市内を回り、約20名の利用者様の入浴をお手伝いしています。この車には浴槽やシャワーが積み込まれていて、お湯は車内のボイラーで沸かすことができ、入浴に必要なものが全て揃っています。ご自宅のお風呂での入浴が難しくなった方でも、お水と畳1枚分のスペースがあれば入浴ができる仕組みです。

ご自宅へお伺いするのは介護員2名と看護師1名の“入浴トリオ”で、看護師は血圧や体温、脈拍などのチェックと、床ずれなどの皮膚のお手当てを行います。

毎回、お一人のためだけにお湯を張りますので、入浴剤の使用も利用者様の自由です。いくつか持参した中からお選びいただいても、ご自宅にあるお好みの物をご使用いただいてもかまいません。お風呂につかるひとときを、めいっぱい気持ちよく過ごしていただけるように努めています。



“入浴トリオ”で打ち合わせを行ってから出発です。



利用者さんの待つお部屋に浴槽などをセットし、車内ボイラーでお湯の準備をすすめます。その間に看護師は血圧や体温などを測り、安全に入浴できるか判断します。



入浴が終わると看護師が再び体調確認を行います。また、浴槽などの片づけを手早く行い、全てを移動入浴車に積み込んだらサービス終了です。

訪問入浴のながれ

まずは洗髪からはじめて、少しづつお湯の温度に身体を慣らしていきます。



和やかな雰囲気の中で湯船に入っていただき、心も身体もリフレッシュしていただけるように声かけをおこないます。

ときほぐされる心とからだ

これまでに私たちが関わらせていただいた利用者様で、意識障害があり、寝たきりで重い床ずれのある方がいらっしゃいました。介護に悩まる奥様にケアマネジャーが提案した介護サービスのひとつが訪問入浴です。定期的な入浴で清潔が保たれ、適切な手当てによって床ずれの症状が軽くなり、奥様の介護負担を軽くすることにもつながりました。

中には一度きりのご利用で旅立たれた方もいらっしゃいましたが、後にご家族は、「キレイな身体で送り出すことができてよかったです」と声をかけてください、その言葉で私たちの方が励されました。

多くの方が好まれるお風呂ではありますが、時にはあまり気が乗らず、しぶしぶ入っていただく方もいらっしゃいます。それでも、お風呂あがりには必ずと言ってよいほど穏やかで、何とも言えない心地よさそうな表情を見せてくださいます。そして、その傍らで見守るご家族もまた、つられるように微笑れます。

当たり前のひとときを

これから冬に向かって寒くなってくると、ますますお風呂が心地よくなりますね。入浴には少なからずデメリットもありますが、プロの介護員と看護師のサポートの上で、安心して入っていただきたいという想いをもっています。訪問入浴を必要とする方がいらっしゃるのならば、私たちは煙突のついた車で島内どこへでもお伺いします。そして、ご本人やご家族の想いに応えたい、その希望を叶えたいと思っています。

今月は、住み慣れた自宅での生活を支える介護サービスの中から「訪問入浴介護事業」についてお伝えしました。さらに詳しい内容については、りょうつ訪問入浴介護事業所(23-5500 社協両津支所内)もしくは担当のケアマネジャーにお問い合わせください。ご利用をお待ちしています。

※来月号では10月4日に開催された「第13回佐渡市社会福祉大会」の様子についてご報告いたします。

どんどん★ボランチャ

いきいき活動するボランティアさん=ボランチャをどんどん紹介するコーナーです。

ボランチャとは…

ボランはボランティアとサッカーのつなぎ役であるボランチから、ちやは沖縄で○○の人という意味のちゅを佐渡らしくもじりました。島内のボランティアさんのお名前として考えました。

自然な声かけを大切に

後藤 幸次郎(両津)



平成22年から配食サービスの配達ボランティアを行っています。初めて行くお宅には、地図を見て、下調べをして出向くこともあります。配達の際は、「夏場は熱中症に気を付けていただきたい」など、声かけを大切にしています。ご利用される方々が

いつまでもお元気でいたくことが一番の願いです。今後も、気負うことなく、自然体で声かけをしながら活動していきたいと思っています。



笑顔とまごころを込めて

畠野まごころボランティア(畠野)



地域のお役に立てればと畠野地区の見守りや配食サービス、イベントを中心にボランティア活動をしています。配食サービスは、佐渡市と佐渡市社協の委託を受けて、12名のメンバーが毎日担当を決めまごころ込めてお弁当を配達しています。地域のイベントがあればお手伝いをして地域の方の笑顔にふれています。また、年1回研修会を実施して会員の交流も図っています。これからもまごころを込めて繋がりを大切に活動していきたいです。

(代表 渡部 芳男)



ふくボラ講座のご案内

佐渡市ボランティアセンターでは、地域の集会、企業等へお伺いし、皆さんのご要望に応じて、福祉やボランティアをテーマにした講座や勉強会を実施いたします。ぜひ、お気軽にお声がけください。

ボランティアセンター(TEL.81-1155)

- ・高齢者疑似体験(約60分)
- ・認知症を知ろう(認知症サポートー養成講座)(約90分)
- ・車いす体験(約60分)
- ・私たちのボランティア勉強会(約60分)
- ・障がいを知る(約60分)
- ・災害ボランティアセンターとは?(約120分)



島内各地で活動している「いきいきサロン」や「地域の茶の間」の皆さんを紹介します。

河原田 はまなす会(佐和田地区)

- ★開催日 不定期(月1~2回)

- ## ★会 場 田町会館ほか

- ★時 間 13:30 ~ 16:00

- ★参 加 費 なし (イベント時除く)

★参加状況

河原田海岸のハマナスの世話を中心に活動しています。

今回、簡単な力ゴづくりを開催しました。参加したみなさんが時間を忘れるほど夢中になって、楽しく作っていました。

高齢者の住み良い地域づくり、閉じこもり防止、健康維持を目的に活動しています。

地域の方の参加をお待ちしています。



今月の **Close Up** クローズアップ

赤泊地区 そば集合会食



- 赤泊農協婦人部の「地元で収穫されたそばを地域の高齢者の方々に食べていただきたい!」という想いで昭和60年に始まったそば集合会食。参加者の増加に伴い、平成3年からは社協との共催事業として開催しています。

現在は女性部に代わりましたが、皆さん一生懸命打った手打ちそばには「旨い!おかわり!」の声が次々と聞こえてきます。また、「友達や同級生に会えて嬉しい」「美味しいそばと踊りが楽しみだ」との声もいただきます。

社協羽茂支所では女性部の想いを汲みながら、今後も地域の憩いの場として高齢者のみならず障がい者の方にも参加いただけたいと考えています。そして、これからも「そば集合会食」が孤独感の解消や交流の場となるよう、女性部やボランティアの方たちの福祉活動のお手伝いをさせていただきます。



情報掲示板

佐渡市ファミリー サポートセンターより 説明会・研修会のお知らせ

開催日：11月20日(日)

会 場：トキのむら元気館

～会員フォローアップ研修会～

「発達障害とアドラー心理学と楽しむ子育て」

時間 9:30～11:30 (受付9:00～)

講師 佐渡総合病院 小児科医 岡崎 実先生

～第2回 入会説明会・子育てボランティア講座～

時間 13:00～16:40 (受付12:30～)

内容 子どもの食事・保育の心と子どものお世話・救急講習など

☆子育てに関心のある方、子ども好きな方など、どなたでも参加できます。お申し込みは11月14日(月)までにファミリーサポートセンター(Tel81-1155)へお願いします。

託児ルームを設置しますので、ご希望の方は事前にお申し出ください。



11月開催 心配ごと相談

生活をしていく上で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(水)・13日(日)・23日(水祝)	13:00～16:00	両津福祉センター し ゃ く な げ
	7日(月)	18:00～20:00	
相 川	3日(木祝)・10日(木)・15日(火)・22日(火)	9:00～12:00	ワ イ ド ブ ル ー あ い か わ
金 井	10日(木)	13:00～16:00	金井コミュニティ セ ン タ ー
畠 野	25日(金)	9:00～12:00	畠 野 農 村 環 境 改 善 センター
小 木	2日(水)	13:30～16:30	小木多目的集会施設 あ ゆ す 会 館
赤 泊	16日(水)		赤泊福祉保健センター や す ら ぎ

あいかわ社協まつり

日 時：11月23日(水・祝) 10:00～14:00

会 場：あいかわ開発総合センター

問合せ：74-0055 (社会福祉協議会相川支所)

☆恒例の野菜市をはじめ、福祉作業所による作品販売や屋台販売を実施します。また、地域の福祉活動や社協事業の紹介、地域の芸能発表も予定しています。是非、お誘い合わせてお越しください。

つくしふれあいまつり

日 時：11月23日(水・祝) 10:00～15:00

会 場：小木福祉保健センターつくし

問合せ：86-3838

(社協羽茂支所小木地域センター)

☆毎年好評の福祉バザーや元気茶屋、授産施設の販売など楽しい内容が盛りだくさん。ご家族やお友達、ご近所でお誘い合わせてのご来場をお待ちしています。また、芸能大会出演者を大募集していますので、ぜひご連絡ください!

真野福祉バザー

日 時：11月23日(水・祝) 9:00開店

会 場：真野ふるさと会館

問合せ：55-4012

(社協畠野支所真野地域センター)

☆今年で36回目となる真野地区福祉バザー。真野産の美味しい果物や野菜のほか、衣類・タオル・日用品など、掘り出し物がお安く手に入る絶好の機会です。売り切れしだい閉店となります。皆さまのご来場をお待ちしております。

弁護士による無料法律相談

[新穂・畠野・真野地区]

日 時：11月21日(月) 10:00～15:00

場 所：真野老人福祉センター寿楽荘

予約電話番号：81-1620 (社会福祉協議会畠野支所)

定 員：8名

※事前に予約が必要ですので、開催日の1週間前までにお電話ください。秘密は守られます。



ご寄付ありがとうございました

平成28年9月1日～9月30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させていただきます。

《両津支所》

匿名
古木 一男様(加茂歌代)
(有)麻布組様

紙オムツ10袋
200,000円
タオル40枚

《佐和田支所》

後藤様(八幡)

車イス

《畠野支所》

佐々木 吾郎様(真野)

10,000円

《羽茂支所》

たんぽぽ募金様

14,229円



脳トレ
コーナー

かんがえて応募!

●正解者の中から抽選で5名様に、両津地区「チャレンジド立野」様の「こめこくつきー」をプレゼントします。社協だよりへのご意見・ご要望などを添えて、どんどんご応募ください!

●タテとヨコのカギをヒントに、カタカナで言葉を入れてください。A～Gに入る7文字が答えです。

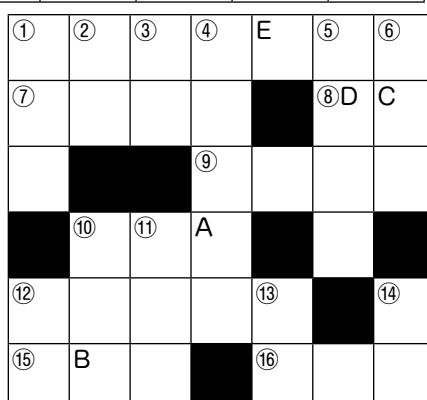
タテのカギ

- ①寝るときに敷くもの、掛けるもの。
- ②秋の味覚。イガに包まれています。
- ③日本最大の湖がある県です。
- ④櫓をハの字にうまく潰いで、サザエをとります。小木の観光スポットで乗るもの。
- ⑤寒くなって来たら、これをしておしゃれにコーディネート。
- ⑥船が停泊するときに降ろすもの。⑩燃えるもの。
- ⑪お相撲さん。⑫勝てなくても勝ちということもあります。
- ⑬口から発する音。⑭とんぼの赤ちゃん。

ヨコのカギ

- ①今年のテーマは「わたしの元気は佐渡の元気」。表彰などの式典のほか、記念講演、体操を行いました。
- ⑦ラーメンのスープにも使われます。だしがでます。
- ⑧人生には3つのこれがあるといいます。のぼりとくだりと、ま○○。
- ⑨この海藻を煮込んで練り、薄くのばして固めて、麺状に切ります。佐渡の名産。ヘルシー食材。ごまあえもおいしいね。
- ⑩○○○の海賊。⑫縁起物として飲食店などに飾られています。片方の前足で手招きをしています。
- ⑯剣術にたくみな人です。剣道家。⑯新潟の昔の呼び名。

答え A B C D E



【応募方法】

ハガキにクロスワードパズルの答えの他、必要事項をご記入の上、右記宛先までお寄せください。

締切…11月18日(金)必着

*ご記入いただいた個人情報は適切に管理し、景品の発送にのみ使用させていただきます。

なお、当選者の発表は商品の発送をもって代えさせていただきます。

【前回の答え】

116号の脳トレ(まちがいさがし)の答え

①看板の文字 ②リス

③上の女の子のかごの中身 ④下の女の子の右手の位置

⑤右側の木の葉っぱの数

ご応募くださった皆さま、ありがとうございました。

宛先

〒952-0206

佐渡市畠野甲533番地

佐渡市社会福祉協議会

社協だより担当者 行

記載
内容

- ・クロスワードパズルの答え・住所
- ・氏名(ふりがな)・年齢・電話番号
- ・社協だよりへのご意見・ご要望など

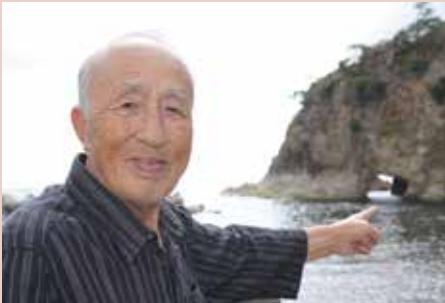


★申年の皆さんのお年玉や楽しみ、健康の秘訣を教えます★

輝く島のさる年さん



申年の年男・年女の紹介です！
自薦・他薦問わず情報お待ちしております！！



いけだ とらいち (相川地区 達者)
池田寅一さん 昭和7年生まれ

「昔むかし…」と語り始める池田さん。「小さいころ聞いた民話には沢山の教えが埋め込まれている。昔から伝えられてきたものだから語り継げたい。」と、相川各地を訪れる方を道案内しながら、この地に語り継がれている民話を心を入れて語っています。

また、退職後に孫にでも教えようかと始めた書道は、6段の腕前で、毎年小学校の書初め大会で指導する等、自分のできることが役立ち、皆が喜んでくれることが嬉しいと頑張っています。

愛嬌良しく気さくな人柄の池田さん。いろいろな集まりの場等依頼があれば参上しますので、お声かけよろしくお願いします！

あんどうつぎお ひろこ (真野地区 椿尾)
安藤次夫さん・裕子さん 昭和7年生まれ

豆類を多く作っていますし畠仕事でも体を動かして汗をかき、採れた野菜をおいしく食べています。また、夫婦共通の趣味であるゲートボールでも体を動かし、仲間と一緒に競い合ったり、おしゃべりしながら楽しい時間を過ごしています。これからも今の生活を大切に夫婦仲良く頑張りたいと思います。



【栄養士より一言】 かぼちゃの皮は固いので、厚めにむきましょう。野菜はあまり細かく切るよりも、ある程度の厚みがある方が噛みやすいです。さつまいもとかぼちゃは、さいの目切りにして蒸すと軟らかくなり、噛みやすく、飲み込みやすくなりますよ。

ドレッシングは、マヨネーズにヨーグルトを合わせることで酸味の効いたさわやかな風味に仕上がります。食物繊維が豊富な材料を使った今回のサラダは、便秘予防にも効果的です！

【材 料】(1人前)

さつまいも… 30g	ブレーンヨーグルト 3g	エネルギー…… 93kcal
かぼちゃ …… 20g	マヨネーズ … 4g	カルシウム …… 24mg
ブロッコリー 15g	A 砂糖………… 少々	たんぱく質 …… 1.5g
	塩こしょう 少々	食塩…………… 0.2g
		脂質…………… 3.4g

【1人分の栄養価】(1人前)

【作り方】

- ① さつまいもとかぼちゃの皮をむき、さいの目切りにして蒸す。
- ② ブロッコリーを小房に分けて軟らかく茹でる。
- ③ ボウルにAをすべて入れて混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
- ④ ①と②を③のドレッシングで和えたら出来上がり。

表紙の紹介

9月11日(日)、羽茂農村環境改善センターを会場に「はもちふれあい福祉まつり」を開催しました。このまつりは、社協を知っていただくことと、子どもや高齢者、障がいをお持ちの方など地域の皆さんのがふれあい、つながりを育むことを目的として毎年開催しているものです。今回は、全国高等学校総合文化祭で最優秀賞を受賞した「羽茂高等学校郷土芸能部」が庄券の民踊を披露し、大勢の来場者から大きな拍手が送られていました。

