



佐渡市 社協だより

第127号

平成29年
8月25日発行



7月9日(日)に「羽茂地区世代間ふれあい交流会」を開催しました。前半は夏の壁画作りを行い、ハイビスカスがいっぱいの南国のビーチが完成。「ちょっと作りすぎたかな?」と心配するくらい、みんながお花作りに夢中でした。後半は牛乳パックを利用した竹とんぼ作りや、折り紙、あやとりなどで遊び、折り紙では子どもが先生になって教える一幕も。お互いに学び、楽しめる世代間交流会となりました。

完成した壁画は9月9日のはもちふれあい福祉まつりで展示します。

皆さんぜひお越しください!

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/>

車いすを乗せたヒーローたち

～移送サービス事業～

皆さんはどのような方法で病院へ通っていますか？ご自身の運転やご家族の運転、近所の方に乗せてもらう方もいらっしゃることでしょう。

ここ最近は路線バスを活用したサービスも増え、病院の玄関先で降りることができる便があったり、70歳以上の方は区間に限らず200円で利用することができます。ずいぶんと便利になりました。その他にも福祉タクシーなど、佐渡には移動に関するサービスが色々とあります。

しかし、身体面や金銭面などの都合で、これらのサービスが利用できない時があると思います。また、通院頻度が高い場合などは、これらのサービスだけでは足りないかもしれません。

例えば、高齢のご夫婦で、どちらかが週に3回人工透析を受けているとすると、本人だけでなく家族の負担もかなり大きなものでしょう。このような時には、家族への支援も必要ですよね。

こういった声がケアマネジャーに届いたことがきっかけで、平成21年に誕生したのが社協の移送サービスです。主に「入退院」「通院」

「入退所」の送迎として、無料で利用していただくことができます。社協が所有する車両を使い、ボランティアの方の運転でご自宅や施設にお迎えにあがります。「運転ボランティア」と呼ばれるボランティアさん達が行うのは、車の運転と、利用者の方が車いすのまま乗り降りする際のリフト操作です。病院内での移動などをお手伝いすることはできませんので、ご家族の方などに同乗をお願いしています。また、訪問介護を受けて

いる方は、ヘルパーが通院介助として同乗することができます。

移送サービスは、まさにボランティアさんあっての事業で、ボランティアの皆さんは「地域のために、自分にできることができれば」と協力してくださっています。

現在、島内各地で活動していただいている運転ボランティアさんは、そのほとんどが男性です。やはり車の運転となると、女性よりも男性の方が声をあげてくださるので、多くのボランティア活動の中で男性が始めやすい活動のひとつと言えるでしょう。



| ボランティアさんへの謝礼 | |
|--------------|--------|
| 活動3時間未満 | 500円 |
| 活動3時間以上 | 1,000円 |

核家族化や少子高齢化、また過疎化などによって薄れてきたと感じる地域内での“支え合い”や“助け合い”。そのような中で、移送サービスが一つの架け橋となっていけたなら、もっともっと安心して暮らすことのできる佐渡になると思いませんか？

今、“移送サービス”という事業を介して、日常では出会うことのない人々が出会い、支え合いが実現しています。そして今後、住み慣れた自宅での生活が長く叶えば叶うほど必要となってくる事業だと考えています。

私たち社協と地域の皆さんがチームを組んで仲間を支える移送サービス。まだ歴史が浅く、初めて耳にした方もいらっしゃるかと思いますが、どうぞ温かい見守りとご協力を願います。移送サービス車両を見かけた時の「運転手さん、お疲れ様！」という気持ちが、その第一歩です。



運転ボランティア 西埜 修一さん (相川地区)

退職してすぐ、近所の方から紹介を受けました。地域での助け合いや社会貢献活動などに以前から関心があったこと、社協の運転ボランティア講習を受講したことなどから、抵抗なく活動に参加することができました。

今年で5年目、相川は風が強い日も多く、大変なこともあります、利用者さんと会話する余裕もできて楽しみながら活動をしています。

病院へ行くときは気落ちしている方が多いので、気晴らしになればと思い往路はあえて賑やかな通りを行き、復路は少しでも早く送り届けられるよう信号の少ない道で帰ります。

安全に気持ちよく乗車いただけることを心がけて日々活動しています。もし車いすマークのついた社協の車を見かけたら、このことを理解いただき、車間距離を空けて運転くださるようお願いします。みんなが通る道、できる人ができる仕事をやって助け合いながら地域で暮らしていきたいです。



Q1 どんな人が使えるの？

A 佐渡にお住まいで、市民税非課税世帯の方及び市民税均等割のみの世帯の方のうち、「要介護3、4及び5の認定を受けた方」と「身体障害者手帳1級・2級（視覚障害、下肢又は体幹不自由）の交付を受けた方」です。

利用前に市役所から非課税証明書を発行してもらう必要がありますので、余裕をもってお問い合わせください。



Q2 移動距離に制限はあるの？

A 移動区間の制限はありませんが、ご自宅と病院または施設、施設と病院などの往復走行のみとし、途中の寄り道はできません。

受診のついでに買い物を…というお気持ちもお察ししますが、ボランティアの方への敬意をもってご理解ください。



Q3 料金はいくらかかるの？

A 利用料は無料ですが、1ヶ月の利用は3回までと定められています。

ボランティアの方への謝礼と移送にかかるガソリン代を、地域の皆様からいただく貴重な会費から支出しているため、ひとりでも多くの方に利用していただくための決まりごとさせていただいています。福祉タクシーと組み合わせるなどして、有効に活用してください。



Q4 運転ボランティアをするために必要な資格は？

A 普通自動車免許があれば大丈夫です。移送サービスでは車両後部に車椅子のまま乗車できる車を使用するので、昇降の操作などを学べる「運転ボランティア養成講座」に参加していただくと、より安心して活動していただくことができると思います。今年度の養成講座は残り1回。12月2日（土）に羽茂地区で開催予定です。

問合せ：佐渡市ボランティアセンター

☎81-1155

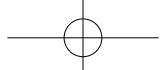


移送サービス・運転ボランティアについてのお問合せは、社協本所・各支所・地域センターまでどうぞ

| | |
|------------|----------|
| ◆本 所 | ☎81-1155 |
| ◆両 津 支 所 | ☎23-5500 |
| ◆相 川 支 所 | ☎74-0055 |
| ◆佐 和 田 支 所 | ☎57-8141 |
| ◆畠 野 支 所 | ☎81-1620 |
| ◆羽 茂 支 所 | ☎88-3838 |

| | |
|-----------|----------|
| ◆金井地域センター | ☎63-6200 |
| ◆新穂地域センター | ☎22-3300 |
| ◆真野地域センター | ☎55-4012 |
| ◆小木地域センター | ☎86-3838 |
| ◆赤泊地域センター | ☎87-3370 |





ボランチャコーナー

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。

いきいきつた体操はじめました

林谷 セツ子(両津)

出身は大阪です。大阪にいるときに、シルバーアドバイザー養成講座を1年間受講し、いきいきつた体操クラブで活動していました。佐渡に来て、地域で活動しているボランティア団体の発表を見て大変感動し、私にもできることはないか再びいきいきつた体操を始めました。

佐渡は各地区に集落センターや集会場など、車がなくても冬場でも集まれる場所がたくさんありますが、家に閉じこもりがちな方がいることも知りました。地域で広めることをきっかけに、少しでも解消できたらと思います。レパートリーは16曲あります！



**出張!!
ステーション
インフォメーション**

佐渡の各ボランティアステーションの情報を届けします

一緒にまつりを 盛り上げよう!

羽茂



9月9日(土)に『はもちふれあい福祉まつり』が開催されます。今年は新しいコーナーを設け、ひと味違った福祉まつりになるよう準備を進めています。

羽茂ボランティアステーションでは、当日まつりのお手伝いをしてくれるスタッフボランティアを募集しています。受付・工作コーナー・縁日コーナー・防災コーナーで、住民の皆さんとふれあいながらまつりと一緒に盛り上げてくれませんか？



ご連絡お待ちしております。

お問い合わせ：羽茂ボランティアステーション Tel88-3838

地域のチカラで
地域を守る！

地域出張型災害ボランティア講座開催のご案内

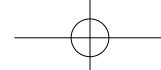
日 時 9月30日(土)13:00～16:30
会 場 小木多目的集会施設あゆす会館(小木町1949-2)

日 時 10月1日(日)13:00～16:30
会 場 あいかわ開発総合センター(相川栄町1)

内 容 わたしたちの地域で災害が起きた時に備えて、
日頃から何ができるのだろう。
離島佐渡の防災力は地域力。
被災地の復興を支えた災害ボランティアについて学び合う講座です。

申込み 9月22日(金)までにボランティアセンターまたは最寄のボランティアステーションまで
ぜひお申込みください。どなたでもご参加できます。





佐渡市社協だより



ご寄付ありがとうございました

平成29年7月1日～7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》

| | |
|--------------------------------|---------|
| 真宗大谷派佐渡組護法講様 | 50,000円 |
| 故 神藏ミヨシ様 ご家族様(下横山) 衣類、オムツ、白タオル | |
| 匿名 | 電動ベッド1台 |

《佐和田支所》

| | |
|----------------|---------|
| 萬屋商店様 | 1,370円 |
| さわた社協まつり実行委員会様 | 35,979円 |

《畠野支所》

| | |
|---------------|-----------------|
| 匿名 | タオル39本、バスタオル16本 |
| 野田 満里子様(新穂青木) | 圧力鍋1個 |

《羽茂支所》

| | |
|-------------------|------------------|
| 小木中学校第26回卒業生有志一同様 | 10,489円 |
| 野俣 鎮朝様(小木町) | 50,000円、ポータブルトイレ |



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。

「東大通の茶の間」(佐和田地区)

★開催日 不定期開催(年内の予定:9月・10月・12月の第2金曜日)

★会場 東大通会館

★時間 13:30～15:30

★参加費 活動内容による

★参加状況

今年4月、地域住民の融和と健康づくりによる“支え合う温かい地域づくり”を目的に立ち上がった、新しい地域の茶の間です。

この日は、認知症の知識の習得と理解を深めるために認知症サポーター養成講座を開催し、参加者12名が認知症サポーターになりました。終了後には

「地域全体がサポーターとなって、温かく見守り、助け合う地域にしたいね」との意見でまとまりました。



顔の見える関係作りから、災害や犯罪にも強い地域を目指し、息の長い取り組みにしたいと思います。





佐渡市社協だより

情報掲示板

第14回佐渡市社会福祉大会

テーマ

「自分のために家族のために
～こころもからだも元気に生きる～」

日 時：10月3日（火）13:00～16:00

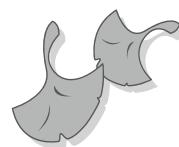
会 場：アミューズメント佐渡

日 程：13:00～ 式典

14:10～ 音楽レクリエーション

14:30～ 記念講演

障がい者施設の
出店もあります！



「適度な不真面目力
～健康でいるための新たな常識～」

講師 奥村 康 氏

（順天堂大学アトピー疾患研究センター長）



今年は上記の日程で開催します。どなたでもご参加いただけますので、ぜひご来場ください。

自分のため、家族のため、そして地域のために、心も体も元気になれる健康づくりと一緒に学びましょう！（入場無料、手話・要約筆記あり）

はもちふれあい福祉まつり

日 時：9月9日（土）10:00～14:30

会 場：羽茂農村環境改善センター

今回はコーナーを一部新しくし、体験コーナーや縁日・屋台など、子どもからお年寄りまでみんなが楽しめる内容を企画しています。ご家族やお友達、ご近所お誘い合わせの上、ご来場ください。お待ちしています。

問合せ：88-3838（社協羽茂支所）



9月開催 心配ごと相談

生活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 | 7日(木)・23日(土祝) | 13:00～16:00 | 両津福祉センターしゃくなげ |
| 相 川 | 10日(日) | 9:00～12:00 | あいかわ開発総合センター |
| 金 井 | 10日(日) | 13:00～16:00 | 金井コミュニティセンター |
| 真 野 | 6日(水) | 9:00～12:00 | 真野老人福祉センター寿楽荘 |
| 赤 泊 | 20日(水) | 13:30～16:30 | 赤泊福祉保健センターやすらぎ |

※相談員が問題の解決に向けた助言や情報提供を行います。予約の必要はありません。直接、相談日に会場へお越しください。（相談は無料です）



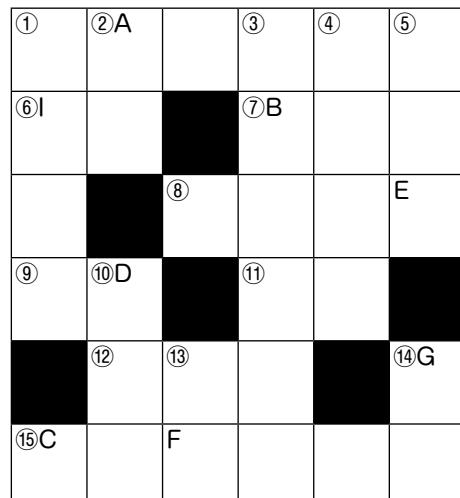
脳トレ コーナー かんがえて応募!

- 正解者の中から抽選で5名様に、相川地区「愛らんど相川」様の「フック付きマグネット」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～Iに入る8文字が答えです。

答え A B C D E F G I

タテのカギ

- たて①…加茂湖湖畔の高台にある温泉地。この地の諏訪神社では薪能も行われます。
 たて②…お肌の曲がり角は、これが気になります。日焼け止めして紫外線に気をつけなくちゃ。
 たて③…赤泊のサンライズといえば。
 たて④…いったんもめん、砂かけババア、鬼太郎、じばにやん、鬼やカッパもこれに入るのかな?
 たて⑤…ガラガラ、ペッ。これで風邪予防。
 たて⑩…少年よ、これを抱け。
 たて⑬…家と家の間の狭い道。
 たて⑭…白、うぐいす、つぶ、こし。



ヨコのカギ

- よこ①…佐渡高校はこの跡地に建てられたそうです。
 よこ⑥…国語辞典で語句のこれを調べよう。
 よこ⑦…外国の映画。
 よこ⑧…石川啄木の歌集「一握の砂」の中の有名な短歌「○○○○の小島の磯の白砂に我なきぬれて蟹とたわむる」
 よこ⑨…南の反対。佐渡にはこの苗字がありますね。
 よこ⑪…かっこいい素敵な男性。ナイス○○。
 よこ⑫…ひらがなの並び順のひとつです。かるたもあります。
 よこ⑯…闇金業者とそこに訪れるお客さんの様々な人間模様と社会の闇を描いた、作者真鍋昌平さんの漫画です。「闇金○○○○○○○」

【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…9月22日金必着

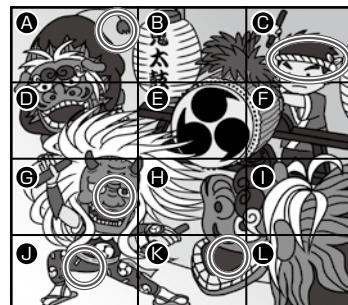
※ ご記入いただいた個人情報は適切に管理し、景品の発送にのみ使用させていただきます。

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。

| | |
|------|--|
| 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 |

【前回の答え】.....

126号の脳トレ
(まちがいさがし)の答え
「A・C・G・J・K」



ご応募くださった皆さま、ありがとうございました。

★酉年の皆さんの趣味や楽しみ、健康の秘訣を教えます★

輝く島のとり年さん

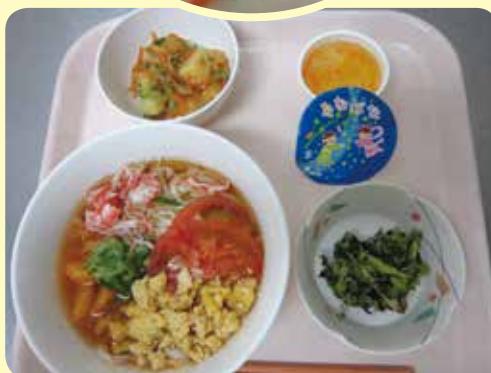
★自薦・他薦を問わず、元気な酉年の方を募集しています。応募が集中した場合はご期待に添えないこともありますので、ご了承くださいますようお願いします。

しまざき 島崎 タツさん (相川地区 橋) 大正10年生まれ
朝起きると、着ていたシャツを手洗いするのが日課です。若い時から集落の高い場所にある田畠で働き、食べ物も好き嫌いせず過ごしてきました。月1回の観音堂へのお参りは、集落の仲間と話をしたり念佛を唱えたりするのが楽しみで食べ物を持って毎回通いました。
外出が少しずつ億劫になり、坂の上にある観音堂へもなかなか行けないので、今は家族が作る三度の食事が一番の楽しみです。若いころ頑張った分、今はのんびりと過ごしていきたいです。

あおき 青木 昭八さん (畠野地区 松ヶ崎) 昭和8年生まれ
旧松ヶ崎漁業協同組合の組合長を退職してからも、現役で漁業をしています。早寝早起きを心掛け、漁の合間に野菜づくりをしながら、捕れた魚をさばいて干物にし、親せきや子供達に送ると美味しいと喜んでくれるのが励みです。
毎晩の晩酌が楽しみですが、好き嫌いはしないで、普段どおりの生活を送れるよう、これからも健康に留意しながら漁業と野菜づくりをしていきたいと思います。



ディから こんにちは



揚げ豆腐サラダ

【栄養士より一言】

豆腐は片栗粉をつけて油で揚げることで、ふっくらと仕上がり、のどごしが良くなります。また、お酢の酸味は唾液や胃液の分泌を盛んにし、食欲を増進させる効果があります。

暑い夏など、食欲が落ちている時には、さっぱりとしたサラダがおすすめですよ!



【ひとつメモ:きゅうり】

夏は体がむくんだり、だるさが溜まったりしがちですが、そんな時は利尿・解毒剤代わりに「キュウリ」が一役買います。キュウリにはナトリウムの排出をコントロールする働きもあり、血圧の安定にも役立つ食材です。

【材 料】(2人前)

| | | | |
|--------|------|-------------|-------------------|
| 木綿豆腐… | 100g | キュウリ …… 40g | 酢…………… 10g |
| 片栗粉…… | 10g | ニンジン …… 20g | A しょうゆ … 13g |
| 揚げ物用油… | 適量 | ジャガイモ … 40g | みりん…… 8g |
| | | | 削り節………… 10g |

【作り方】

- ①豆腐は水を切り、1.5cm角に切ってから片栗粉をつけて、油で揚げる。
- ②キュウリとニンジンの皮をむき、短めの千切りにする。
- ③ジャガイモの皮をむいて、1.5cm角に切る。
- ④②と③を軟らかくなるまで茹でる。
- ⑤ボウルでAを混ぜ合わせ、ドレッシングを作る。
- ⑥下ごしらえをした材料と削り節をドレッシングで和えたら出来上がり★

【1人分の栄養価】

| | | | |
|---------|---------|---------|------|
| エネルギー…… | 130kcal | カルシウム…… | 55mg |
| たんぱく質…… | 4.9g | 食塩…………… | 1.0g |
| 脂質…………… | 6.1g | | |



古紙配合率70%再生紙を使用しています。 環境にやさしい植物油インキを使用しています。

