

社協だより



第179号

令和5年

11月10日発行



初ステージ
成功なるか!



誰もが安心して暮らすことができる福祉のまちづくりを推進します



編集・発行

社会福祉法人 佐渡市社会福祉協議会

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

佐渡市社協

検索



佐渡市畠野甲533番地 TEL 0259-81-1155 FAX 0259-81-1156

利用者の皆さまは、「次は何が出てくるんだろう…」と興味津々な様子で、みんなで楽しい時間を過ごすことができました。



きっかけは、あるボランティアさんの「マジックをやってみたい。」の一言でした。メンバーの高齢化により、活動の継続ができなくなっていたマジックの団体をご紹介し、メンバーの一人からマジックを伝授していただくことができました。せっかくだからと、デイサービスでの披露をお願いしたところ、快く引き受けてくださり、この日、師匠と弟子の初ステージを迎えることができました。

今月の表紙

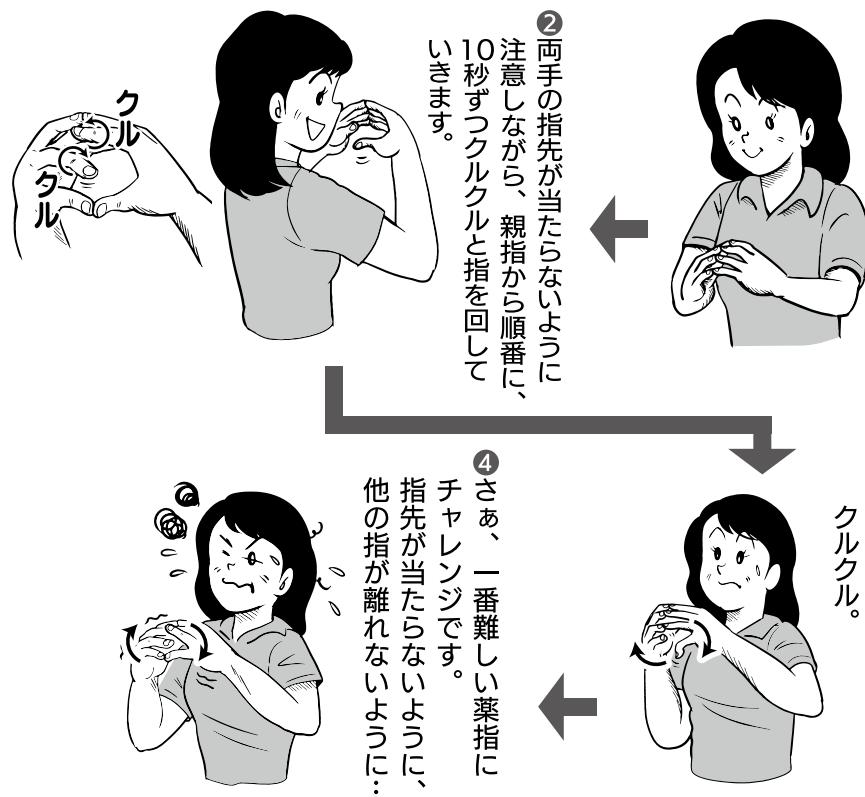


金井 デイ
サービスセンターシャくな
げの里にて、ボランティアの方にマジックを披露していただいた時の一コマです。

デイサービスセンターの職員オススメ!

かんたん体操

新穂デイサービスセンターでは、利用者の皆さんに楽しんでいただけるように、元気よく愛嬌たっぷりの職員が一丸となって毎日の体操やレクリエーションに取り組んでいます。季節に合わせた壁画の作成や、イベントの開催にも力を入れています。



①両手の指先を合わせます。

回している指が当たらないように意識して取り組むことで、運動機能や脳の活性化が期待できますよ!



今回の担当
新穂デイサービスセンター
生活相談員
小俣 生子

「もっと体を動かしたい!」
「仲間と一緒に体操したい!」

そんなときは、介護予防教室へ♪

社協は佐渡市から委託を受けて、市内各地で「介護予防教室」を開催しています。「介護予防教室」はおおむね65歳以上の方が対象で、健康寿命を延ばし、いつまでも活き活きと自分らしく生活してもらうことを目的としています。お問合せは社協本所・各支所・各地域センターまで。お待ちしています。

※佐渡市の健幸ぽいんと対象事業です。

佐渡市社会福祉大会

佐渡市社会福祉協議会会長表彰

佐渡市の福祉の進展に尽くされた5名、2団体の方々が表彰されました。

(順不同)

◆社会福祉の進展に尽くし、 その功労特に顕著な方

山本 憲慈さん（赤玉）
今井 清子さん（長木）
天池 ミチエさん（貝塚）
宮城 勉さん（新穂大野）

◆民生委員・児童委員で 10年以上勤続し、 特に功労顕著な方

小杉 幸彦さん（小川）

◆社会福祉の進展に尽くし、 その功労特に顕著な団体

ほのぼの会
つくしんぼ



オンライン記念講演

「注文をまちがえる料理店の
これまでとこれから」

講師 小 国 士 朗 さん

今大会では、元NHK職員で
プロデューサーの小国士朗さん
を講師にお迎えしました。

小国さんがてがけられた「注文をまちがえる
料理店」は、間違えることを受け入れ、間違え
ることを一緒に楽しむレストランで、認知症を
抱える方がホールスタッフを務めています。

間違いが起きても、そこにある全ての人が受

け入れれば、それは間違
ではなくなる。思っていたものと違うものが出
きても、みんなで美味しく楽しく食べられれば、
それでいい。

みんなが笑顔で過ごすレストランの作り方は、
みんなが笑顔で過ごす地域づくりにも通じるもの
があると感じました。書籍も発行されています
ので、ぜひ一度お読みになつてみてくださいね。



【書籍情報】

・注文をまちがえる料理店

2017年11月10日発行

(あさ出版)

・注文をまちがえる料理店の
つくりかた

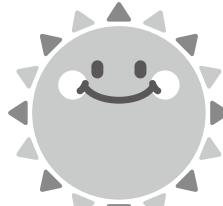
2017年12月17日発行



10月13日（金）、さわやかな秋晴れの下、アミューズメント佐渡で佐渡市社会福祉大会を開催しました。この大会では、長年にわたり社会福祉やボランティアの発展に功労のあつた方々に対し、佐渡市社会福祉協議会会長表彰を行っています。

後半の記念講演では講師の小国士朗さんと会場をオンラインでつなぎ、「注文をまちがえる料理店のこれまでとこれかから」と題して、「間違い」をみんなで受け入れる対応でユニークな取り組みについてご講演いただきました。

会場まで足を運んでくださった皆さま、ボランティアとしてご協力くださった皆さま、本当にありがとうございました。



ボラ田和



ボラ日和に
関するお問合せは
佐渡市ボランティアセンター
☎81-1155

SNSで 情報発信中

佐渡市
ボランティアセンター
公式LINE



ボラセンLINE
QRコード

- ★お茶出し
- ★入浴後のドライヤーかけ
- ★タオルたたみ
- ★レクリエーションのお手伝い
- ★施設内の消毒作業
- ★施設周りの草刈り
- ★歌や楽器演奏
- ★踊り
- ★レクリエーション
- など

ボランティア活動というと、高齢者施設での活動を思い浮かべる方も多いのではないでしょ
うか。社協の「ライサービスセンター」でも、活動を
長く続けている方が多くいらっしゃいます。ま
た、はじめてのボランティアとしても参加しや
すく、小中学生の夏休みボランティア体験プロ
グラムでも人気のプログラムとなっています。
感染症拡大の影響で受入れが難しい時期もあ
りましたが、現在は感染症対策を行いながら
再開し、踊りや歌などを披露する活動も増え
ています。

「」利用者にとって、普段の生活では出会えな
い人との触れ合い、地域の皆さんとの大切な交
流の機会になっています。

★施設ボランティア活動



新穗大黑舞愛好会 様



佐渡こがね会 様



小木町商工会
女性部 様

民謡を通じて仲間ができ、皆さんに披露することがメンバーの活力になっています。



ちどり会 様



個人ボランティアの方



3年ぶりの街頭募金!

● 実績額 275,731円
月18日からの月15日まで募金箱を設置しました

8月27日(日)に佐渡セントラルタウン前で実施しました。ボランティア14名の呼びかけで多くの方が足を止めてくださり、募金にご協力いただきました。

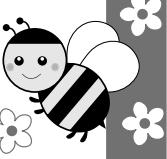
★24時間テレビ46
チャリティー・キャンペーん

も募集しています。日頃の練習の成果を披露してみませんか?

※感染症拡大の状況によっては、受入れを休止する場合があります。

★ボランティア大募集！

集まりました
募金は、全額24時
間テレビチャリ
ティー委員会へ送
金しました。
「協力くださ
ました皆さま、本
当にありがとうございました」



「ひども食堂(地域食堂)」

皆さん「子ども食堂」とこの言葉を聞いたことがありますか？もともと、わがわがまな事情によりて

ただいています。

一人で食事せざるを得ない子ども達に対し、食事と一緒に食事をする機会を提供するためには、誰かと一緒に食事をする機会を提供するためには、始まった活動です。やがて、対象者に子どもの保護者が加わり、地域住民が加わり、今では子どもも大人も誰でもウエルカムな「交流の場」としての役割が大きくなつきました。これに伴つて、最近では「地域食堂」と呼ばれることが増えたようです。

この佐渡でも活動している団体があります。畠野小学校を会場に「ひども食堂」を開催している「みんなの笑顔応援団」さんや、ふれさと会館を会場に「ふれあいひろば」を開催している「佐渡市健康推進協議会眞野支部」さんです。社協は、立上げ支援として助成金の活用やサロン保険への加入をサポート。また、ボランティアの募集やチラシの配布などもサポートし、運営に関わらせて



地域の茶の間×地域食堂! 八幡の茶の間(佐和田地区)

もともとは老人クラブや地域の茶の間の活動が活発な地区でしたが、コロナの影響もあり、ここ数年で次々と解散してしまいました。そこで今年3月、小学生との世代間交流を兼ねてお試し茶の間を開催したところ大好評!



1年間かけてじっくりと準備し、令和6年度の定期開催を目指すことになりました。

そんな中、7月に開催した2回目のお試し茶の間では、レクリエーションや小学生のダンス披露などのほか、ボランティアさんが作ってくれたカレーをみんなで食べました。「食事がプラスされたことで、今までこういった集まりに参加されなかった方が参加するきっかけになったと思う。」「カレーを食べながら、いろんな方と話が弾んでよかったです。」「とても良いことだから、たくさんの人にお知らせしてほしい。」といった参加者の声を聞いて、誰かと一緒に食事をすることは気持ちを前向きにさせてくれると感じ、この活動が広まるように、これからも取り組んでいきたいと思いました。



各種事業のご案内

社協は地域福祉事業のほか、相談支援事業や介護保険事業などを行っています。日々の生活や介護のことなどで困りごとや悩みごとがありましたら、お気軽にお問合せください。



地域包括支援センター

65歳以上の方の暮らしや健康に関する相談ごとにお応えするために、市内4か所に設置されている総合相談窓口で、「保健師」・「主任介護支援専門員」・「社会福祉士」がチームで地域の高齢者を支えます。また、要支援の方や事業対象者の方の介護予防プランも作成しています。

主任介護支援専門員



地域の皆さんのが住み慣れた地域での生活を続けられるよう、さまざまな機関と連携を図り、相談に対応します。また、健康維持のため、フレイル予防や自立に向けた生活を送れるよう、声かけや支援を行います。

高橋 智弥(西包括:主任介護支援専門員)

高齢になってから食生活や生活環境を変えることは、とても難しいと感じています。それぞれの方が数年先…10年、20年先を考え、今から生活習慣を振り返り、フレイル予防に気持ちを向けていただきたいと思います。

保健師



認知症やフレイルなど、健康を阻害する要因を予防できるように、健康寿命の延伸に向けた活動を行っています。また、医療的な判断が必要な相談などには、医療をはじめとした各専門機関と連携をとって対応します。

川上 幸代(南包括:看護師)

65歳を過ぎると健康に関して少しづつ気になるところが出てくるかと思いますが、この先、80歳・90歳になんでも元気に過ごせるよう、お力になれればと思います。

※保健師に準ずる者として、一定の経験を有する看護師の配置が認められています。

相談は無料です。直接センターに来られない場合は、お電話をいただければご自宅等へもお伺いします。まずはお住いの地区担当の地域包括支援センターまで、お気軽にご連絡ください。

名称	所在地	担当地区	電話
佐渡東地域包括支援センター	春日	両津	23-5515
佐渡西地域包括支援センター	河原田本町	相川・佐和田・金井	57-8152
佐渡南地域包括支援センター	羽茂本郷	小木・羽茂・赤泊	88-3844
佐渡中地域包括支援センター(他法人)	畠野	新穂・畠野・真野	58-7173

社会福祉士



権利擁護に関する相談に対し、適切なサービスや制度を紹介し、必要な支援が受けられるようサポートします。高齢者虐待や消費者被害の防止に努め、財産管理や日常生活上の契約に不安を抱えている方には、成年後見制度の活用などを支援します。

高野 康栄(東包括:社会福祉士)

「相談して良かった」と思っていただけるように、じっくりとお話を聞かせていただき、皆さんの暮らしがより良くなるよう、寄り添った支援に努めています。今後も様々な相談に誠心誠意取り組んでまいります。

プランナー



要支援認定を受けた方などに対し、置かれている状況や心身の状態などを把握し、課題分析を行った上で、サービスを利用できるようにケアプランを作成します。関係機関との連絡・調整等を図り、自立に向けた支援を行います。

加藤 未来(東包括:社会福祉士)

ご利用者さまやご家族さまの生活に関わることであるため、責任の大きい業務だと感じています。自分の作成したケアプランを基に、ご利用者さまの生活状況や心身の状態が好転した際には、やりがいを感じます。



あたたかいご寄付をありがとうございます

令和5年8月16日～令和5年10月15日(順不同)

小林 ちい子 様(神奈川県)・
 川野 恵子 様(埼玉県) 2,900円、カバン25個
 たんぽぽ募金 様 16,763円
 赤泊婦人会 様 箱ティッシュ60個
 羽茂赤泊商工会青年部 様 5,000円
 内田商店 様 897円
 鰯鉾 舞 様(下川茂) 米30kg
 未武薬店 様 マスク5箱、ウエス多数
 齊藤 キミ 様(泉) 紙オムツ2袋

名 1,000円
 米180kg
 20,000円
 バスタオル、他
 米4kg
 1,000円
 トイレットペーパー
 1,326円
 (金井地区)

漢字の画数計算

- ① 社 + 協 = □
 ② 通 - 老 - 淋 = □
 ③ 笑 + 樂 + 幸 = □

【例】 佐 + 渡 = 19
 (7画) (12画)

社協の
 デイサービスに
 通うと
 老いと淋しさが減り
 笑って楽しく
 幸せな気持ちになれます!

やってみよう!
 応募!
 かんがえて

【応募方法】

ハガキに問題の答えの他、必要事項をご記入の上、左記宛先までお寄せください。

また、ホームページのお問合せフォームからもご応募いただけます。ハガキ同様に必要事項を入力し、送信してください。

締切：12月8日(金)必着

※ご記入いただいた質問や感想を紙面やホームページに掲載させていただきます。

※各号につき、お一人様1回限りの応募とさせていただきます。複数応募の場合は1通のみ有効とさせていただきますのでご了承ください。



◎今月は正解者の中から抽選で5名様に、羽茂地区「サウ

バップ」をプレゼント

いたします。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！

【前回の答え】

記載内容	宛先 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 =0952-10206
------	--

178回の答えは「問①さつ 問②かさ 問③かい」でした。
 「応募へださった皆さま、ありがとうございました。」



輝く島の うさぎ年さく

★卯年の皆さんのお年玉や楽しみ、健康の秘訣を教えます★



自薦・他薦を問わず、元気な辰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。

鰯名
えびな
大山
おおやま

重雄さん
しげお
仁市さん
にいち
羽茂地区
おおやま

後藤日出子さん
ごとうひでこ
昭和14年生まれ
畠野地区

学校は別々でしたが、集落にある「山の会」で一緒に活動して同い年だと知りました。最近は会う機会が少なくなっていますが、久しぶりに会えて昔話に花が咲き、嬉しかったです。好きなものを食べて、ストレスなく過ごすのが元気の源です。お互い、妻と2人暮らしなので、労わり安いながら過ごしていきたいと思います。

週3回、介護予防教室や体操教室に通い、家では花や野菜を作ったり、果樹の手入れをしたりと、忙しい毎日を送っています。夏の暑さで野菜や花が枯れてしましましたが、めげずに秋冬野菜を育てたいと思います。また、教室での運動にプラスして本を見ながら体を動かし、進みゆく老いに逆らって、子や孫、友人と出会いを楽しみにしています。

栄養土のおすすめレシピ

や しらたま 焼き白玉 まんじゅう

【材料】(10個分)

白玉粉 200g
絹ごし豆腐 250g
つぶあん 200g
サラダ油 5g
水 少々

【1人分の栄養価】

エネルギー 126kcal
たんぱく質 4.6g
脂質 1.7g
カルシウム 51mg
塩分 0.1g

【作り方】

- つぶあんを10等分にし、丸めて、あん玉を作る。
- ボウルに白玉粉と絹ごし豆腐を入れて、よくこねる。
- ②の生地を10等分にし、薄く延ばして①のあん玉を包み、焼きやすいように平たくつぶす。
- フライパンにサラダ油をひき、③を焼く。
- 両面に軽く焦げ目がついたら少量の水を入れ、蓋をして蒸し焼きにする。
- 生地に火が通れば出来上がり☆



つぶあんは、こしあんや南瓜あん、さつま芋あんなどに変更しても美味しくできます。手軽に作れますので、補食としても最適です。
※補食とは、必要な栄養やエネルギーを満たすために、通常の食事に加えて物を食べることです。



地域のちっといい話



長年続けたお店を閉店して一つの節目を迎えた店主。使わなくなった店舗を利用して、お茶飲みサロンをはじめました。「お店が閉まっても地域の方が繋がる場所は残したい」という思いに、心がなごみました。