

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



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

今月の表紙



金井 デイ

サービスセン
ターしゃくな
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。

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。

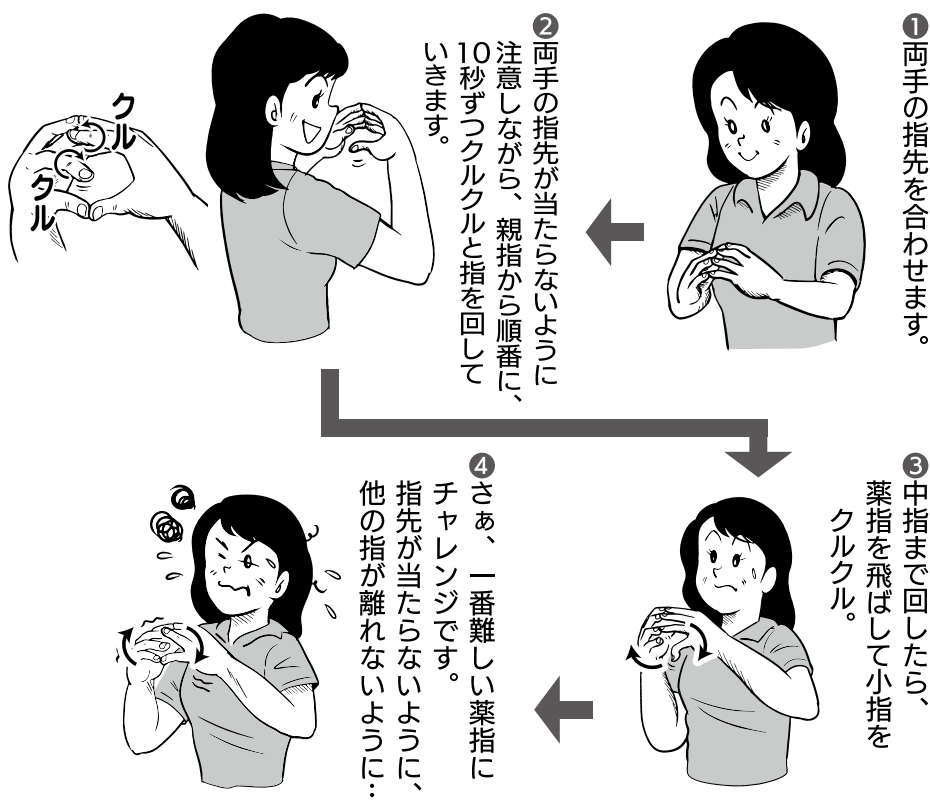
デイサービスの利用者の皆さまは、「次は何が出てくるんだろう…」と興味津々な様子で、みんなで楽しい時間を過ごすことができました。



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、利用者の皆さま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。



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、いつまでも生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。お待ちしております。

※佐渡市の健幸ばいんと対象事業です。

第18回

佐渡市社会福祉大会

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った方々に対し、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ら」と題して、「間違い」をみんなで受け入れる寛容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。

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)

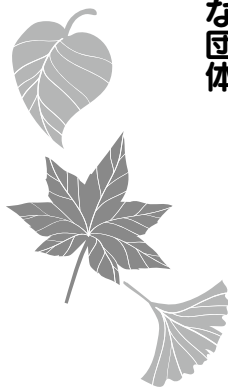
宮城 勉さん(新穂大野)

◆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、認知症を抱える方々がホールスタッフを務めています。間違いが起きてても、そこにいる全ての人が受け入れれば、それは間違いではなくなる。思っていたものと違うものが出てきても、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ってみてくださいね。



【書籍情報】

・注文をまちがえる料理店

2017年11月10日発行

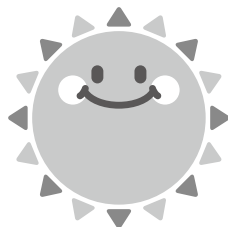
(あさ出版)

・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

(方丈社)





ボラ日和



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
ア セ ン タ ー
公 式 LINE



ボラセンLINE
QRコード

- ★お話し相手
- ★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

Q. どんな活動があるの

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

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のでしょうか。社協のデ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。

★施設ボランティア活動



新穂大黒舞愛好会 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

★ボランティア大募集！

社協の各デイサービスセンターでは、ボランティアを募集しています。週1回からなど、できる曜日・時間等、ご相談ください。お友達と一緒に大丈夫です。（施設によって、土日祝日も営業しています）。興味のある方は、ボランティアセンターまたは各施設にお問合せください。

ご利用者に好評の歌や踊りのボランティアも募集しています。日頃の練習の成果を披露してみませんか？

★24時間テレビ46 チャリティー・キャンペーン

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名の呼びかけに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。

●実績額 275,731円

また、社協本所・各支所・地域センターでは8月18日から9月15日まで募金箱を設置しました。

●実績額 34,223円



3年ぶりの街頭募金！

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。
ご協力くださいました皆さま、本当にありがとうございました！



「ここ佐渡でも活動している団体があります。畑野小学校を会場に「どんぶり広場」を開催している「みんなの笑顔応援団」さんや、ふるさと会館を会場に「ふれあいひろば」を開催している「佐渡市健康推進協議会真野支部」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、運営に関わらせてい

ただいています。誰かと一緒に食事をする、お腹だけでなく心も満たされて、なんだかお互いの心と心がグッと近づくような気がしませんか？その機会となる子ども食堂（地域食堂）は、地域の人が集い、つながる場所として、これから大きな役目を果たしていくだろうと感じます。けれども、無理に「食堂」としてイチから作り上げる必要はないのではないかと、とも考えています。今ある集まりに、ちょっとした「食」をプラスする。例えば、茶の間でカレーを作って食べてみたり、サロンでサツマイモをふかして食べてみたり、そういうことでもいいのではないかと。



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。」「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と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。



「子ども食堂（地域食堂）」

社協の使命！地域福祉事業を紹介します

地域福祉事業に関するお問合せは、福祉課地域福祉係（☎81-1155）まで



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。

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」と思っただけのように、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。

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しています。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ず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歳になっても元気に過ごせるよう、お力になればと思います。

※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。

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。

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伺います。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)	畑 野	新 穂・畑 野・真 野	58-7173



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
 旗鉾 舞 様(下川茂) … 米30kg
 末武薬店 様 … マスク5箱、ウエス多数
 齊藤 キミ 様(泉) … 紙オムツ2袋

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

漢字の画数計算

①社 + 協 = □

②通 - 老 - 淋 = □

③笑 + 楽 + 幸 = □

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!

かんがえて
 応募!

【例】 佐 + 渡 = 19
 (7画) (12画)

【前回の答え】

178回の答えは「問①かつ問②かつ問③かい」でした。
 ご応募くださった皆さま、ありがとうございました。

記 載 内 容

・問題の答え・氏名(ふりがな)
 ・住所・電話番号・年齢
 ・社協だよりへの意見、要望など

宛先

〒952-0206
 佐渡市畑野甲533番地
 佐渡市社会福祉協議会
 社協だより担当者 行

※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。

【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。

締切：12月8日(金)必着

◎今月は正解者の中から抽選で5名様に、羽茂地区「サウスクラブ」様の「トートバッグ」をプレゼントいたします。社協だよりへの「意見・要望」などを添えて、ご応募ください!





輝く島の うさぎ年さん



★卯年の皆さんの趣味や楽しみ、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、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いたします。

後藤日出子さん

畑野地区

昭和14年生まれ

過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いましたが、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、友人との出会いを楽しみにしています。

大山重雄さん

羽茂地区

昭和2年生まれ

鰻名仁市さん

昭和2年生まれ

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した。最近では、久しぶりに昔話に花が咲き、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、労わりあいながら過ごしていきたいと思っています。

栄養士のおすすめレシピ

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】

- 1 つぶあんを10等分にし、丸めて、あん玉を作る。
- 2 ボウルに白玉粉と絹ごし豆腐を入れて、よくこねる。
- 3 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。
- 4 フライパンにサラダ油をひき、③を焼く。
- 5 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。
- 6 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を残したい」という思いに、心がなごみました。