



小布施町社会福祉協議会

社協報

# ふく 福ちゃん

平成 29 年 12 月 20 日（第 92 号）

ゆめ愛文化展・芸能祭



表紙：ゆめ愛文化展 芸能祭  
桃源荘ミニデイサービス「リンゴの唄」

あかいりんごにくちび  
る寄せて～♪  
会場と一体となって  
「リンゴの唄」熱唱。



## < 社協報もくじ >

- |                  |       |
|------------------|-------|
| ◇ボランティアセンター情報の広場 | …2～3P |
| ◇お知らせ            | …4P   |
| ◇行事報告            | …5P   |
| ◇町のお元気さん、お茶のみサロン | …6P   |

## \* ボランティア情報 \*

### 町ディイサービスセンター新年会

町ディイサービスセンターで新年会を開催します。楽器の演奏や歌、劇など、みなさんの得意なことや趣味の活動を披露していただける方を募集します。

新年会を盛り上げていただけませんか?



日 時 平成30年1月25日(木)  
午後2時～3時15分

内 容 楽器演奏、歌、劇、手品等の発表



### 除雪機貸し出します!

貸出用除雪機が一台あります。社協まで取りに来ることができます。地域のために除雪してくださる方、ご活用ください。



町ディイサービスセンターの利用者さんが、リハビリの一環としてアクリルたわしを作っています。



### アクリル毛糸を募集します

ご家庭で不要となつたアクリル毛糸がありましたら、ご寄付をお願いします。

アクリル毛糸を募集します！

### 平成29年度 第2回 地域の担い手はぐくみ講座 受講生募集



大好評につき  
2期生を募集します！  
地域の支え合いや  
ボランティア活動に関心のある人、  
在宅介護をしている人、在宅介護を  
考えている人大募集！

講座終了後、町内  
福祉施設の見学を  
計画しています

「年を取っても、誰でも、安心して暮らしていく町」を目指して、今できることを学んでみませんか？  
あなたの力をお待ちしています！



★場 所：千年樹の里健康福祉センター

★講 師：大澤智恵子さん

(訪問看護ステーションしなのぐらし、  
プラウドケア・アカデミー代表)

★定 員：15人 ★申込み：1/29(月)まで

①	2/1(木)	13:15～16:00	これから的小布施町と自分の未来をイメージ
②	2/8(木)	13:30～16:00	年を取るって？～医療と介護の観察ポイントを学ぼう～
③	2/15(木)	10:00～12:00	なるほど！知ってて得する介護の基本と福祉用具
④		12:00～14:00	介護食・治療食でランチ☆
⑤	2/22(木)	13:30～16:00	アロマやリラクゼーション、自己整体で自分の健康維持
特別講座	3/1(木)	10:00～12:00	認知症サポーター養成講座 ※この回だけ一般参加も可能
⑥		14:00～16:00	「もしも」「どうしよう」～緊急時の対応法～
⑦	3/8(木)	13:30～16:00	地域で自分らしく生きる～エンディングノートと終活～
⑧	3/15(木)	13:30～16:30	わくわく！コミュニケーション。自分を、社会を、もっと元気に！ ⇒全8講座の受講者に修了証※

※の回は、材料費として500～1,000円の参加費がかかります。

※8講座に参加すると、小布施町公認の「地域の担い手はぐくみ講座」修了証を発行します。

☆全てのお問い合わせ・お申込先は小布施町社会福祉協議会 ☎026-242-6665

## \* 報告 \*

### 福祉施設見学に行つてきました

「地域の担い手はぐくみ講座」修了生のみなさんで、町内7カ所の福祉施設見学に行つてきました。各施設の特色は様々。規模や雰囲気の違いを体感し、施設での生活の流れやボランティアにはどんなことが求められているかなど、多くの質問が飛び交いました。

どの施設もボランティアの力を必要としています。スタッフが不足する中、利用者さんのお話に耳を傾け、お相手をしてくださる方を主に必要としています。

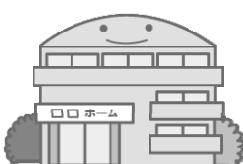
参加されたみなさんからは、「福祉施設は暗いイメージだったが利用者さんの表情も明るくて良かった」「地域のために何かしたが、何をしてよいかわからなかった。見学がそのきっかけとなりそう」などの声がありました。



説明に熱心に耳を傾けます



見学先で利用者さんと将棋の対局が始まる場面も！



午前の部は「井戸端会議deお宝さがし」と題し、画用紙に活動している上での悩み・思いなどを書き、会場内の同じ課題を持つ方を見つけ課題や思いを語りあう井戸端会議をしました。

午後の部は、6つの分科会に分かれ学びを深めました。第2分科会の「若者×地域」では、小布施町の高校3年生、中村陽奈子さんによる活動発表があり、HLABに参加して地域の魅力に気づき、「地元つていいな」「地元で仕事をしたいな」と感じる

### 第41回 信州発ボランティア・地域活動フォーラム



活動発表している中村陽奈子さん

小布施町からは、ボランティアや地域で活躍している15人のみなさんが参加。「長年参加しているが、毎回勉強になる」などの感想がありました。



## 募金へのご理解とご協力ありがとうございました

### 赤い羽根共同募金

～自分の町を良くする募金～

地域の高齢者や障がいの方々が自立や社会参加できるよう支援している団体等が主催する事業に活用することを目的としています。

地域のみなさんにご協力いただきました募金額は 1,364,352円となりました。

全額、長野県共同募金会へお送りし、必要な事業等に配分されます。

### **男性の料理教室 参加者募集**

多くの方が利用するスーパー やコンビニのお惣菜。

今では「中食」と呼ばれ、その市場規模は10兆円と、一大産業に成長しています。

単身男性高齢者の多くが、「惣菜+手作りおかず+ご飯」という食べ方をしているという調査を受けて、今回は「お惣菜(中食)を生かした健康メニュー」を学びます！

◆日 時 1月23日(火)

10:00~13:30

◆場 所 千年樹の里健康福祉センター

◆参加費 500円

◆対象者 男性(65歳以上)

◆献 立 惣菜をバランスよくする

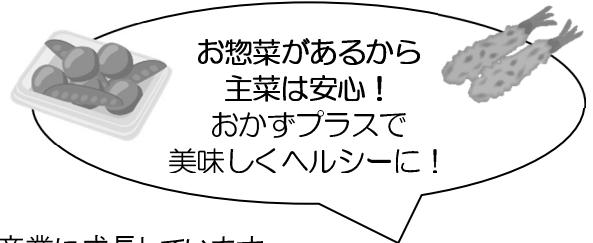
おかず作り

◆募集人数 20人

◆持 ち 物 エプロン・三角巾

◆申 込 み 1月15日(月)までに

お惣菜があるから  
主菜は安心！  
おかずプラスで  
美味しいヘルシーに！



## 年末年始休業期間のお知らせ

事業所名等	休業期間
ボランティアセンター 桃源荘ミニデイサービス・いきいきサロン 入浴サービス 居宅介護支援事業所（ケアマネジャー） 福祉用具貸与事業所 事務局	12月29日(金)～1月3日(水)
訪問介護事業所（ホームヘルパー）	休業期間はありません
小布施町デイサービスセンター デイサービスセンター花の里	12月31日(日)～1月3日(水) 12月30日(土)～1月3日(水)

☆全てのお問い合わせ・お申込先は小布施町社会福祉協議会 ☎：026-242-6665

⑦ 小布施町×小布施町社協×地域おこし協力隊 コラボ婚活！

## 小布施の恋活で たくさんの出会いが生まれました！

秋が深まると、出会いが欲しくなる！役場×社協×地域おこし協力隊の初コラボ婚活「ボクとワタシのしあわせ探し at Obuse」を、定員を超えるみなさまからのお申し込みをいただき10月28日（土）、29日（日）の2日間開催しました。

今回の目玉は「ハッピーワークショップ」。慶應大学大学院で研究されている「最新の心理学が明かすハッピーライフ4つの魔法」を学び、まずは自分にとっての幸せを考える良い機会となりました。

1日目はワークショップと嬉し恥ずかしフォークダンス、2日目はラジオ体操からスタートして、バーベキューとピザ作り。自分の夢や幸せを考えたり一緒に料理を作ったりと、盛りだくさんの2日間を過ごした後は、「結婚後の生活を具体的にイメージできました」という声も寄せられました。

今回は3組のカップルが成立。お互いを見つめ合うカップルに末永く幸せが続くように皆でエールを送りました。



平成27年度に開催した、埼玉県の女性をお招きしての婚活イベントに参加された男女2組から、ご結婚の報告をいただきました！

小布施町在住のTご夫妻  
中野市在住のAご夫妻



## 晴れの浜松旅日記 ~ひとり暮らし高齢者交流会(なごみ会)より~



台風後の晴天に恵まれ、静岡県浜松市に行ってきました。うなぎパイファクトリーでは、ガラス越しにお菓子ができる工程を見学。甘く漂う匂いに食欲がそそられます。コースの終わりにはお土産売り場で気が付けば両手いっぱいのお土産がありました。2日目はおんな城主直虎大河ドラマ館と直虎が出家した龍潭寺へ。建物までは意外と距離があり、階段を登ったり歩いたり。やっとの思いでたどり着いた建物や日本庭園は美しく、歴史を感じる味わい深い趣きで、頑張って歩いた甲斐がありました。

今回初参加の方も、最初は「一人でも大丈夫？」と不安そうな様子でしたが、いざ旅行に行けば、顔見知りの方がいたり、すぐに仲の良い方ができたり、話し声と笑いのあふれる旅になりました。

### 咲きほころ、笑顔と菊の花

デイサービスセンター花の里では11月6~10日の5日間、臥竜公園で開催された『信州須坂大菊花展』に出かけました。須坂への道中は赤や黄色に色づいた紅葉を楽しむことができ、車内のみなさんの気持ちも徐々に高揚していきました。会場では500鉢余りある多種多様な菊がお出迎え。綺麗な菊を前にみなさん「きれいだねー」「すごいねー」と口々に感想をつぶやいていました。菊を見ながらお茶一杯、優雅な時間を過ごしてきました。



少し風が強い日もありましたが、そんなことは吹き飛ばしてしまうくらいの素晴らしい菊に、みなさん大満足の様子でした。

## 町のお元気さん



中子塚

小林 照子さん  
(91歳)

23歳で農家に嫁ぎ、現在も畑仕事を続けており、鋤で土を起こし種まきから収穫まで1人で10種類以上の野菜を育てています。また、「自転車に乗り栗拾いにも行っている」とのこと。テレビで料理作りの紹介があれば、採れた野菜を使って作っているそうです。

「家にいるより外に出て太陽の光を浴びていると、とっても気持ちが良いから畑の仕事が大好き。月一回の脳のリフレッシュ教室が楽しみで、今年も皆勤賞をいただいた。自分の体のためにも体操をしている」と、好きなことを楽しみながら毎日を過ごされている町のお元気さんです。



ご芳志に対し、厚くお礼申し上げます

### 車いすの寄贈

「小さな親切運動」須高支部から車いす1台を寄贈いただきました。温かいお心に感謝しながら、大切に使わせていただきます。ありがとうございました。



シヨンをしています。この日は、クリスマス用のリボン作りに挑戦。鉛筆でリボンの型を取りハサミを使ってみなさん夢中で取り組んでいました。個性あふれる作品をみんなで褒め合って盛り上がっていました。

### お茶シニアサロン 北岡



今後も町内各地の  
お茶のみサロンを  
紹介します

発行者 社会福祉法人小布施町社会福祉協議会（小布施町健康福祉センター内）

TEL 026-242-6665 FAX 026-242-6696 E-mail:o-shakyo@stvnet.home.ne.jp

ホームページURL <http://obuse-shakyo.org/>