

かさま 社協だより

No.38



編集・発行 2019.3.31

社会福祉法人笠間市社会福祉協議会広報委員会 笠間市美原3-2-11 TEL.0296-77-0730
E-mail info@kasama-syakyo.jp URL http://www.kasama-syakyo.jp/



岩間地区女子会「なごみ」

撮影 畠山

もくじ

- ① 第7回笠間市社会福祉大会 2
- ② ふれあいサロン女子会「なごみ」・配食サービス・ちょっといい話 ... 3
- ③ 社協からのお知らせ・地域共生をめざして 4～5
- ④ ボランティアセンターだより 6～7
- ⑤ お知らせ 8



この広報誌は共同募金の配分金を受けています。

岩間地区

楽しくなごやかに

ふれあいサロン女子会「なごみ」

ふれあいサロン女子会「なごみ」が2月25日(月)日吉町東区公民館で行なわれました。毎月第2・第4月曜日開催(午前10時~12時)で第2月曜日は「笑いヨガ」を中心に、第4月曜日は手芸・料理を中心にしたものと代表の堀江優子さんにお聞きしました。

当日は9人参加(現在登録は18人)で季節柄「ひな飾り」を制作していました。

はまぐりを使った「ひな飾り」で貝に型紙で作った帯地のような布地を着せていくと



貝びなを作っています

可愛い「貝びな」ができます。はまぐりの貝を使うのは2枚の貝がぴったりと合い、他の貝がらとは組み合わせることが出来ないため、夫婦和合の象徴とされているそうです。私は、つるしびななどはたくさん見えてきましたが、「貝びな」を見るのははじめてだったので感心しました。楽しそうに制作してる皆さんと可愛らしい「貝びな」を見て気持ちがあほっこりしました。

(石郷岡)



ひな祭りが楽しみ

友部地区

配食サービス特集③

配食サービスは、食事づくりに困難な70歳以上のひとり暮らし高齢者に食生活の支援と心のふれあいを目的に実施しています。友部地区では、

配食ボランティア「アサークル」なのはな(毎月第2・第4火曜日)

「みちくさ」(毎月第1・第2土曜日)に年間2600食を調理から配達まで、ご協力をいただいております。

事前に管理栄養士を交え栄養バランス、食材を考え「季節の食材入れてみよう」「やわらかく食べられる食材にしよう」など、食べてくださる方のお顔を浮かべながら話し合い献立をたてています。また、お弁当のかけ紙には、き



ボランティアサークル「みちくさ」



れいに色ぬりがなされ、献立も書かれており、心のこもった美味しいお弁当を作っています。

配達では、必ずお会いして、お弁当を手渡しすることになっていきます。渡せない時は、家の様子(鍵、新聞入れなど)を見ていただき、帰ってから、電話をかけたたり民生委員さんにつなげています。こうした活動を通して、ボランティアの交流はもちろん地域を支える原動力となっています。

配食サービスボランティアにご興味がある方は一諸にやってみませんか。

笠間・岩間・友部各地区の「配食サービス」を特集しました。この他に、各支部(地区)などで独自に行っている「配食サービス」もあります。

ちよっといい話

笑いを取り入れると、低年齢からの学習効率が高くなるとの研究が米国で行われました。私も専門学校で講義をする際、リラクセスした環境で行えるよう努めています。その方が課題にのびのびと取り組めるようです。

これは大人にも当てはまることだそうです。神経科学において、**笑いがドーパミン報酬システムを活性化**することが明らかとなっています。ドーパミンとは脳の神経伝達物質の一種で、やる気や長期記憶にも大切であることが認知力の研究で証明されています。

古くから伝わる諺(ことわざ)にも「笑い」に関するものが沢山あります。

- ・ 笑いは人の薬
- ・ 笑って損した者なし
- ・ 笑つ顔に矢立たず
- ・ 笑う門には福来る

他にもありますが、泣いて暮らすも一生、笑って暮らすも一生。楽しく人生を送ることは、良いこと尽くめですね。

(入江)

日常生活自立支援事業

あなたのくらしを守るお手伝いをします！

福祉サービスの利用手続きや、金銭管理のお手伝いをし、あなたがいきいきと安心して暮らせるようにサポートします。

この事業は、利用者本人と契約によりサービスの提供を行います。判断能力が低下し、契約を結ぶない方は成年後見制度を利用することによりサービスの提供が行われます。

社協からのお知らせ



困った時は、相談してください

相談の流れ

まずは相談してください
本人以外でも、家族などを通じての問い合わせにも対応いたします。

担当者(専門員)が伺います
専門的な知識を持った専門員が自宅や施設、病院などを訪問し、相談に応じます。

お困りのことを一緒に考え、支援計画を作ります
困っていることや希望をお聞きして、どのようなお手伝いをどれくらいの頻度で行うかなどをご本人と一緒に考えます。契約内容・支援計画を提案します。

利用契約を結びます
契約内容に間違いがなければ、利用契約を結びます。

サービスが開始されます
支援計画にそって、担当職員がサービスを提供します。

相談先 笠間市社会福祉協議会 生活支援グループ
住所 笠間市美原3-2-11
電話番号 0296-771-0730

11/20

たけのこ中央支部社協交流会

11月20日(火)、笠間市障害者福祉センターともべ「たけのこ」と中央支部社協の交流会が行われました。

毎年行っている行事で、今年度は中央支部社協から10人の方に参加いただき、たけのこ利用者14人と一緒にダンボールクリスマスツリーを制作しました。

各ペアに分かれ、ダンボールを切り抜く作業から行いました。

それぞれ楽しく会話をしながら、思い思いの作品を仕上げる事が出来ました。

その後は、美味しいお弁当を一緒に食べ、会話も弾み、アツという間に時間が過ぎていきました。

以前には、そば打ちやパーベキューなどを実施したり、バスで工場見学や観光に出掛けたりもしました。

顔見知りの方も増え、たけのこ利用者が「休日の時に中央支部の○○さんが声をかけてくれたよ！」と嬉しそうに報告することが



多くなりました。
今回制作したダンボールツリーは、昨年12月に開催された「第13回笠間市ふれあい作品展」に出展し、市民の皆様にもたけのこ利用者の力作をご覧いただくことが出来ました。
今後も支部社協との交流会を通し、障がい者への理解を深めていだけるよう続けていきたいです。



2019年度 心配ごと相談所開設日程表

日常の困りごとなど何でも相談してください(無料・秘密保持)

時間: 13:00~16:00 (受付は15:30までをお願いします)

場所	笠間支所	本所	岩間支所
4月	2日・9日・16日・23日	3日・10日・17日・24日	4日・11日・18日・25日

※5月から開設日が変更になります。

月	笠間支所 [第2・4火曜日]	本所 [第2・4水曜日]	岩間支所 [第1・3木曜日]
5月	14日	28日	8日
6月	11日	25日	12日
7月	9日	23日	10日
8月	—	27日	—
9月	10日	24日	11日
10月	8日	22日	9日
11月	12日	26日	13日
12月	10日	24日	11日
1月	14日	28日	8日
2月	—	25日	12日
3月	10日	24日	11日

法律相談 ※法律相談は、事前に心配ごと相談へご相談ください。

笠間支所	本所	岩間支所
第3金曜日 10:00~12:00	第1金曜日 10:00~12:00	第2金曜日 10:00~12:00

案内 心配ごと相談所

2019年5月より、心配ごと相談所の開設日程が変更となります。

変更前(4月まで) ⇒ 変更後(5月より)
笠間 毎週火曜日 ⇒ 第2・4火曜日
本所 毎週水曜日 ⇒ 第2・4水曜日
岩間 毎週木曜日 ⇒ 第1・3木曜日

※お盆(8/13~8/16)や年末年始(12/28~1/5)はお休みです。



地域共生についての説明を聞く

地域共生社会をめざして

～ともに支え合う地域づくり～

厚生労働省から、誰もが住みなれた地域で生きがいをもって暮らし、ともに支え合う「地域共生社会の実現」を目指そうと提起されました。

◆地域づくりに参加しよう

「地域共生社会」とは何か。制度や分野ごとの「縦割り」や「支え手」「受け手」という関係を超えて、地域に住む人たちが、地域の多様な活動を自分の事としてとらえ、自分たちの暮らしを豊かなものにするために、一人ひとりが地域づくりに参加し、共に創っていく社会のことです。

◆地域の課題をみつけよう

どんなことをすればいいのか。まずは、自分の住んでいる地域のことに関心をもつことです。関心をもつことで、自分の住んでいる地域の課題をみつけることができます。

◆できることは自分たちで

自分たちで何ができるか、何をすれば地域が豊かになるかを考えます。そして、行政・福祉・医療など、地域の様々な組織と協力しながら、一緒に地域づくりをしていきましょう。サービスを待つのではなく、

自分たちでできることは自分たちでやりましょう。

例えば、地域の人たちの居場所づくり(サロン)や、子どもの見守り活動、子ども食堂、身近な困ったことを助ける活動などです。

これからは考え方を切り替えましょう。



今回、社会福祉協議会では、一緒に地域の問題を考えようというところで、笠間地区の大橋支部の皆さんにご協力いただき、第1回大橋支部懇談会を行いましたので紹介します。

地域で守る 大橋支部懇談会

大阪万博が開かれる2025年には団塊の世代が75歳を迎える。働く世代が減少し(15歳〜64歳)、介護職が38万人が不足し、社会保障費も不足してくるそうです。

市内のある地区は、高齢化率が50%を越えているそうです。そこで「みんなが安心して生活できる地域づくりを目指して」のテーマで、2月17日(日)第一回大橋支部の懇談会が大橋公民館で開かれた。

参加者18人は3グループに分かれ「大橋地区を考えてみよう」の「こんな○○があったら良いな!」について思い思いの意見を出し合った。

高齢者については

- 買い物移動販売の品数や販売所を増やし、週2回来てほしい
- ひとり暮らしの高齢者には、日頃からの見守り活動と、日常生活への支援
- 定期的に顔を合わせるサロン(まとめ役が必要)や困った時に相談できる場所
- 敬老会など行事への参加の送迎サポート

○病院や買い物などへの支援子どもについては

○東小学校跡地を利用し、子どもが集まり遊ぶ場となり、高齢者も見守る場

地域については

- 地域防災組織づくり
- ホテル観賞のできる豊かな自然環境の整備
- 地域でのコミュニケーションを密に



グループに分かれての話し合い

老いても病氣しても、今住んでいる所で、自分らしく暮らしていきたいと誰しも願う。そのために「私たちは今何ができるのか」考えてみませんか。

(埜)

センターだより

くりを目指して

「第一火曜日の会」では、おやつ作り講座を実施しました。
また社協では子育てママの応援講座とふれあい訪問事業を実施しました。
いきいきとした製作活動や高齢者との触れ合いなどの報告を掲載しました。
ボランティア連絡協議会交流会が岩間・笠間・友部の3地区でそれぞれ開催され、ボランティアの交流が深まりました。また、笠間市ボランティア連絡協議会研修会では認知症に関する講演や寸劇で認知症の認識を深めました。

【材料】

いちご3個・こしあん60g・白玉粉40g
砂糖20g・水50cc・片栗粉適宜



3個作り、1つは抹茶と一っしょに食べました

笠間市地域福祉センターいわま2階調理室で、管理栄養士の小澤美智子先生と「いちご大福づくり」をしました。
「第一火曜日の会」では、4年振りとなりますが、申し込みが多く、メ切り日を数日繰り上げて抽選となりました。
調理室は春を感じさせる苺の香りでいっぱいになりました。
岩間のボランティアさん2人が抹茶をたててください、自分で作りたいいちご大福を食べながら、参加した方は、ほっとしたひとときを過ごすことができました。

3/5

いちご大福づくり

25人参加

「第一火曜日の会」



1本、1本心をこめて届けた。お家庭訪問委員が各添え民生カードをラミネートした。

笠間市内、70歳以上のひとり暮らしの高齢者1840人。ボランティアの協力をいただき、「モップ」と館、市内各小学校（4〜6年生）から寄せられたメッセージカードを添え民生委員が各家庭を訪問し、お心をこめて届けた。

H30年度

ふれあい訪問事業

講師はボランティアサークル「バザー夢工房」のみなさん。お子さんの託児も準備され、安心して作品を仕上げることができました。



お子さんの入園・入学に向けてオリジナルの手さげ袋やシューズ入れを作る講座が開かれました。

H30年度

子育てママの応援講座

2/21(木) 手提げ袋 7人参加
3/7(木) シュース袋 8人参加
会場◎地域福祉センターともべA館

2019年度 ボランティア講座の募集について

講座名	開催日時	開催場所	講座について
傾聴ボランティア講座	6/19(水)・6/26(水)・7/3(水) 9:15~12:15	笠間市地域福祉センターともべA館	相手の気持ちを受け入れ、心を込めて聞くための学習です。
女性の食事学講座	6/6(木)・6/20(木)・7/4(木)・7/18(木) 9:30~13:00	笠間市地域福祉センターともべA館	配食弁当を作るためのボランティア養成が目的の講座です。調理を通して、食に対する知識や安全性を学んで楽しく活動してみませんか。最終回には、皆さんで食事を実施し親睦をはかる予定です。
男性の食事学講座	6/11(火)・6/25(火)・7/9(火)・7/23(火) 9:30~13:00	笠間市地域福祉センターいわま2階	

友部ボランティアセンター TEL 0296-78-2626 FAX 0296-78-2626
笠間支所 TEL 0296-73-0084 FAX 0296-72-3722
岩間支所 TEL 0299-45-7889 FAX 0299-45-6250

●その他の講座は、決まり次第「広報かさま お知らせ版」に掲載します



2019年度「第一火曜日の会」の予定

年月	内容	時間	場所
6月	施設見学	10:00~12:00	心の医療センター、やすらぎ喫茶
9月	スペシャル	10:00~14:00	笠間市地域福祉センターともべA館
12月	工作	10:00~12:00	社協笠間支所
3月	もの作り	10:00~12:00	笠間市地域福祉センターいわま

問い合わせ 笠間市社会福祉協議会ボランティアセンター TEL 0296-78-2626

詳しくは、「広報かさま お知らせ版」をご覧ください



ミニ運動会 (岩間地区)

ボランティア

住みよいまちづ

平成30年度 ボランティア連絡協議会交流会

ボランティア連絡協議会は各地区ごとに組織されたボランティアの仲間づくりや交流を深めています。

「競技に一喜一憂」
下郷 強口 玄子
 2月15日(金)岩間支部の交流会として「ミニ運動会」を開催しました。初めての試みの為、内容を決定するのいろいろと悩み、打ち合わせを重ね、参加者が楽しんで行える競技を選び、運動会らしい雰囲気も取り入れながら、パン投げ、風船割り、パン

赤・白・青・黄の4つのチームに分かれ、競技が始まる前から早くもチームごとに盛り上がり、それぞれの競技に一喜一憂しながら、チームの仲間で協力し、楽しく競技を進め、最後は皆で、昔懐かしいジャンカを踊り、閉会式でおのおのに賞品が贈られました。これから健康に気をつけ、共に楽しみながら、充実した活動が続け、ひとりでも多くの方に参加していただき、ボランティアの輪が広がっていくことを願っています。

平成30年度 笠間市ボランティア連絡協議会研修会

と き：平成30年12月22日(土) ところ：友部公民館「大ホール」



「病院へ行ってきます」



「デイサービスに行かない」

「劇団いくり」の演技に納得!
友部支部 小菅 栄子
 12月22日、友部公民館でNPO法人認知症ケア研究所「劇団いくり」の皆様による認知症に関する講演と寸劇が行われました。「鬼嫁さん」、客席からの掛け声で鬼嫁に扮した女性が登場。認知症の様々な症状や病から起こる日常生活の障害について、ダメと強く言わない、特別な人と思わないでやさしく接する、予防は普段の生活を見直し、外に出る機会食い競争、ボール送りに決まりました。

当日は、サークルに関係なく赤・白・青・黄の4つのチームに分かれ、競技が始まる前から早くもチームごとに盛り上がり、それぞれの競技に一喜一憂しながら、チームの仲間で協力し、楽しく競技を進め、最後は皆で、昔懐かしいジャンカを踊り、閉会式でおのおのに賞品が贈られました。これから健康に気をつけ、共に楽しみながら、充実した活動が続け、ひとりでも多くの方に参加していただき、ボランティアの輪が広がっていくことを願っています。

3/25 友部地区

ボランティア大集合

友部小学校体育館

いきいきシルバリーハビリティと輪投げ大会を行いました。輪投げ大会には参加者108人が個人戦で競い、誰もが景品を受け取り、交流を深めることができました。

10/3 笠間地区

輪投げ大会

笠間市民体育館

笠間支所のボランティア交流会は今年度で5回目となる「輪投げ大会」を176人が35チームに分かれ、グループ対抗戦を行いました。

ボランティアセンターから ひとりごと

毎朝、スマートフォンアラームが鳴るか鳴らないかのうちに、実力行使のアラームがやってくる。「目覚まし猫のモモ」だ。朝食の催促である。「ニャー」と声をかけながら顔をなめ始める。猫の舌は紙ヤスリのようにザラザラだ。顔を背けると首をなめる。毛布で覆うと手をなめて指を噛む。決して諦めない。

昨年7月の炎天下、レスキュー依頼が来た。美原地内で数日、子猫が「ミャーミャー」鳴いていて、水や牛乳を飲んだ形跡はあるが姿を見せないという。犬に吠えられ、子供に追われ、怪物のような人間におのいて隠れていた。猫缶を使ってようやく保護した命。生後2か月程のアメリカンショートヘアの似たり。迷ったのか捨てられたのか、何にせよ、出会いは運命なのだ。「モモ」の目覚ましでぐずぐずしていると一年先輩の「黒猫のジジ」がやってきて頭を噛む。クリーン作戦で拾った猫だ。毎晩、「両腕に猫」で寝るのが至福の時である。(K)

◆問い合わせ先
 笠間市ボランティアセンター
 TEL 0296 (78) 2626



このマークのついている事業は赤い羽根共同募金が活用されています。



善意の寄附を「ありがとう!!!」

(善意銀行預託)



平成30年11月1日～平成31年2月28日まで (順不同・敬称略)

物 品

エコキャップ、使用済み切手等

いわま保育園
額田 義文
おしのべ保育園
友部自動車学校
大原小児童クラブ (ポプラの会)
泰栄電器株式会社
ともべ保育所
県立中央病院
(施設課・消毒室・リネン室)
すみれこども園
児山 甚子
笠間ゲートボールクラブ
笠間市農業委員会
常陽銀行 笠間支店 職員一同
ありんこ
土師地区社会福祉協議会
みなみ学園児童クラブ
森田屋
旭台睦会
稲田小児童クラブ
笠間高等学校 JRC部
めぐみこども園
物井 彩雲
笠間陽だまり館
山中 としい
ナブコシステム株式会社 茨城支店
ひまわり保育園

友部小学校児童会
イチカワユニオン岩間支部
持丸 一幸
ともべ幼稚園
岩間第一小学校
友部郵便局
セキスイハイム工業株式会社 関東事業所
友部高等学校
こじか幼稚園
みか保育園
有限会社伊藤石材工業
岡本興業株式会社
岩間第一小学校児童クラブ
いなだこども園
有限会社笠間給食センター 従業員一同
生長の家茨城県教化部 白鳩会
穴戸小学校児童クラブ
大沢保育園
有限会社 清水工務店
稲田中学校 環境福祉委員会
友部東特別支援学校
アオトプラス株式会社 友部工場
故 高橋 龍己
匿名
日用品等
高齢者クラブ原宿会
笠間市手をつなぐ育成会
匿名

育児・介護用品等

萩谷 憲一
水戸ヤクルト販売株式会社
川上 美奈子
匿名

娯楽用品等

こうゆう会 姫殿会
小林 俊江
河原井 美智子

食品等

笠間市農業委員会
羽持 正夫
上郷地域うまい米づくり研究会
匿名

金 銭

ニューサウンズオーケストラ	¥30,000
笠間エス・シー協同組合	¥1,620
海藤 全弘	¥7,850
河本 昭三	¥30,000
やま里倶楽部	¥24,928
常陸農協 笠間地区花き部会	¥20,000
笠間市あすなろ友の会	¥7,955
常井 幸子	¥5,357
有限会社笠間給食センター 従業員一同	¥7,621
匿名	¥60,147

フードバンクへの御協力 ありがとうございました

H29年 H30年

	12月	1月	2月	3月	4月	5月	6月
米	9.5	0	0	0	0	0	0
食品	39.8	43.8	51.5	18.4	58.4	23.3	9.3

H30年

	7月	8月	9月	10月	11月	12月	1月
米	0	0	13.4	65.6	0	0	13.0
食品	14.0	17.4	35.1	53.8	27.4	35.2	77.9

(単位: kg)

平成最後の広報誌をお届けいたします。皆さまのお手元に届く頃には「新元号」が発表されていることでしょうか。振り返ってみますと、平成11年から広報委員になり、早いもので20年。その間多くの方と出会い、沢山のご指導を受けて今日があります。感謝の心でいっぱいです。これから新しい時代に向かい、新企画なども取り入れて愛される「社協だより」を目指していきたいと思っております。

(関)



2019年度 心配ごと相談所開設日程表

日常の困りごとなど何でも相談してください(無料・秘密保持)

時間: 13:00~16:00 (受付は15:30までをお願いします)

場所	笠間支所	本 所	岩間支所
月	社協笠間支所	地域福祉センターともべ (旧友部社会福祉会館)	地域福祉センターいわま (旧岩間保健センター)
4月	2日・9日・16日・23日	3日・10日・17日・24日	4日・11日・18日・25日

※5月から開設日が変更になります。

	笠間支所 [第2・4火曜日]	本 所 [第2・4水曜日]	岩間支所 [第1・3木曜日]
5月	14日 28日	8日 22日	— 16日
6月	11日 25日	12日 26日	6日 20日
7月	9日 23日	10日 24日	4日 18日

法律相談

※法律相談は、事前に心配ごと相談へご相談ください。

笠間支所	本 所	岩間支所
第3金曜日 10:00~12:00	第1金曜日 10:00~12:00	第2金曜日 10:00~12:00

お問い合わせ先

社会福祉法人
笠間市社会福祉協議会

本 所 TEL 0296-77-0730 FAX 0296-78-3933
笠間支所 TEL 0296-73-0084 FAX 0296-72-3722
岩間支所 TEL 0299-45-7889 FAX 0299-45-6250