

福祉 くろべ

9月

2014

No.102



特集 「ふだんのくらしを しあわせに」

地域の今を届ける密着レポート／いくつになっても美しく！前沢の「お化粧教室」
イベントpick up!／元気づくり事業 バスハイキング
連載／ふくしまイル・ワーカー
etc.

📷 今月の表紙 子ども記者——子ども福祉くろべをつくってくれた子どもたち

子ども福祉くろべ付き!

〔編集・発行〕 社会福祉法人黒部市社会福祉協議会 平成26年9月1日発行

この広報誌は一部共同募金の助成金により発行されています。

うなづき

〔場所〕黒部市宇奈月老人福祉センター

介護予防通所事業

生き生き倶楽部

時間／9:30～15:00

参加無料!

対象／65歳以上の方



※■は休館日

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
	体操	体操		自力整体 心香りの湯	自力整体 心香りの湯	
7	8	9	10	11	12	13
ヤンバイ 映画館	運動会	運動会		運動会	運動会	
14	15	16	17	18	19	20
		新川荘	新川荘	新川荘	新川荘	
21	22	23	24	25	26	27
ヤンバイ 映画館	自力整体 心香りの湯		自力整体 心香りの湯	健康体操	健康体操	
28	29	30	1	2	3	4
	健康体操	健康体操				

時間／10:00～ 自力整体 … 稲田 清美先生
健康体操 … 岡崎 明子先生(25・29・30日)
… 石田みどり先生(26日)

心とからだに休養を

「疲れやすい」「意欲がわかない」など、
いつもと違う自分に気づいたら、思い
切ってペースダウンして、自分をゆっ
くり休ませてあげましょう。まずは心と
からだの疲れを癒すこと。くれぐれも
「がんばらない」ことが大切です。



お問い合わせは黒部市宇奈月老人福祉センター
担当:広浜 まで TEL.(0765)65-1820

福祉・ボランティアに関することは

黒部市社会福祉協議会

<http://www.kurobesw.com/>

●本所 黒部市福祉センター内
〒938-0022 黒部市金屋464-1
TEL.(0765)54-1082(代表) FAX.(0765)52-2797
TEL.(0765)57-1089(ケアセンター・ホームヘルプセンター)
Eメール kurobesw@ma.mrr.jp

●宇奈月支所 黒部市宇奈月老人福祉センター内
〒938-0862 黒部市宇奈月町浦山2111
TEL・FAX.(0765)65-9533
Eメール u-shakyo@ma.mrr.jp

くろべ

〔場所〕黒部市福祉センター

介護予防のための

元気はつらつ体操教室

時間／10:00～11:00

参加費／300円(入館料のみ)

対象／65歳以上の方



※■は休館日

日	月	火	水	木	金	土
31	1	2	3	4	5	6
		健康体操A	健康体操A			
7	8	9	10	11	12	13
		健康体操B		健康体操A	健康体操A	
14	15	16	17	18	19	20
		うんどう会 ストレッチ	うんどう会 ストレッチ	うんどう会 健康体操B	うんどう会 健康体操B	
21	22	23	24	25	26	27
28	29	30	1	2	3	4

時間／10:00～ 健康体操A … 泉 一郎先生
健康体操B … 牧野 和子先生
ストレッチ … 仁科 在重先生



編集後記

表紙の撮影場所を子ども記者に相談してみると
「宮野運動公園の長～い滑り台!」と元気な答
え。前沢地区の好きな場所の1つとのこと。構図
も表情も彼女たちの提案どおりです。
「子ども福祉くろべ」作成の様子は次号でくわしく
お伝えします。お楽しみに!

編集 中野



[黒部市の人口] 41,954人 [65歳以上の人口] 12,155人 高齢化率 28.8%
H26.8.1 現在(外国人を除く)

特集

ふだんの くらしを しあわせに

「福祉くろべ」には、たくさんの方々の福祉という言葉が出てきます。皆さんはそれぞれのイメージや意味でとらえておられるのではないかと想像しています。私たちが考える「ふくし」にはふだんの暮らしをしあわせに、という意味も含まれています。そして、私たち社会福祉協議会はそんな社会をつくるためにお手伝いをしています。

今回の特集では、黒部の「ふくし」に関する今後5年の活動計画についてお伝えしたいと思います。

ふだんの暮らしをしあわせにするため

しあわせと言っても、人それぞれにいろんな私たちのしあわせがあると思います。1年のうちに1日だけすくしあわせを感じるという方もおられれば、毎日が少しだけしあわせになったらいいなと思われ方もおられると思います。

よく福祉とは「ふだんの暮らしの中にあるしあわせ」と言います。つまり福祉活動とは、ふだんの暮らしをしあわせにするための活動と言えます。どんなことかと言いますと、毎日の暮らしのなかには、些細な困りごとから、ちょっと大変な困りごとまで、いろいろな困りごとがあると思います。自分で解決できそうなこともあれば、自分ではなかなか解決できそうもないこともありますよね。

たとえば、台風で家の庭の大きな木が倒れてしまったとします。女性ではどうすることもできないと困っていたら、近所の男性が3人やってきて軽々と動かしてくださいました。自分ではどうすることもできないことを、誰かがやってくれる。そうすると普段の暮らしが少ししあわせになりますよね。これが福祉の考え方です。それも、行政や会社に依頼するので

はなく、気づかれた近所の方々が助けてくださったというところに大きな意味があります。

地域の方々が

自分たちで助け合う社会を

私たち社会福祉協議会は、その地域の方々が自分たちで助け合っ「ふだんの暮らしをしあわせに」していく社会をつくるために存在しています。そこで昨年度から地区の皆さんと膝を合わせて話し合いをする住民座談会を全地区で開催し、個人の困りごと、地域の困りごとを整理したり、地域の良いところや強みを改めて考える場を設けました。そのなかで見えてきた住んでおられる皆さんのニーズをもとに、専門職や関係団体と話し合いながら黒部の「ふくし」に必要な5カ年の活動計画をまとめたものが、第2次黒部市地域福祉活動計画です。

一見すると難しそうな冊子ですが、中身は具体的な行動計画が書かれています。もちろん住民の皆さんにこの冊子をお読みいただくことも大切だと思いますが、もう少し簡単に、つまりこの活動計画は何のために何をするのかをお伝えしたいと思います。

活動計画の基本理念

人々が互いに支え合い
心豊かに安心して
くらせるまちづくり

ふだんの暮らしをしあわせにするためには、その地域に住んでいる皆さんが自分たちで気づいて活動することが欠かせません。私たち社会福祉協議会をはじめ様々な団体は、皆さんの活動をサポートしたり、つないだりするコーディネートターの役割を担います。



子ども 福祉くろべ 9月



もくじ

- ・みんなが知らないポイント
- ・わたしたちの願い
- ・前次のいいところ
- ・プロフィール

今年度は、大切にしたいことを「3つの柱」に集約し実践していきます

ふ

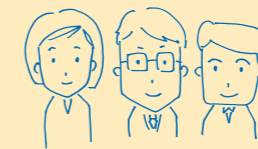
情報提供
相談機能の強化



住民座談会などで
ニーズをキャッチし活かす

く

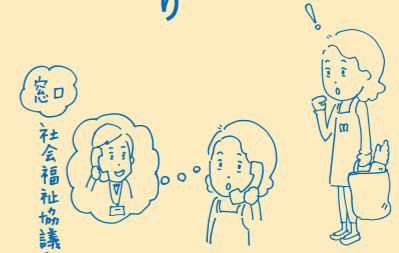
連携の強化



専門家との連携を図り
支援する

し

住民の
地域づくり



気づいた課題を
相談できる窓口となる

多くの情報が溢れる中、必要な情報を必要な人に提供していくことが大事です。また、生活課題が複雑多様化する中で、様々な相談に対応できる総合相談の窓口を社会福祉協議会が担い、しかるべき関係機関につなげる機能を果たします。

住んでいる方々が課題に気づき、解決に向けて動きたいと思っても、専門的な知識や技術が必要な場合があると思います。もちろん住民同士がつながって専門家と出会うことが理想ですが、難しい場合もありますので、社会福祉協議会がなぎ役となり、スムーズな連携を図れるよう支援します。また、複雑多様化する課題に対し分野（高齢・障害・児童・貧困等）を問わない専門職間の連携や、地域という枠組みでの、住民、学校、企業、団体等の連携も図ります。

行政や社協が考えたまちではなく、その地域に住んでいる方々が自分たちで課題に気づき、解決に向かってアクションを起こすことができるまちを目指します。住民の住民による住民のためのまちです。そのため、黒部市の16地区自治振興会並びに地区社会福祉協議会は、住民にとっての身近な窓口になっています。その役割をさらに高めることによって地域のふくしはより充実したものになると考えます。

第2次黒部市地域福祉活動計画の詳細は黒部市社会福祉協議会のWEBでご覧いただけます。 <http://www.kurobesw.com/>

行動する住民を育む

黒部市社会福祉協議会では、この計画の実現のために学びの場、活躍する場、相談する場、考え・話す場を提供して、「自分たちのまちを自分たちで良くしていく」住民が一人でも多く生まれ、行動する人が生まれるような環境づくりに努めます。

そして、住民の皆さんと共に「ふだんのくらしをシェアせに」を目指し取り組んでいきます。



わたしたちの願い

7月31日に、前沢公民館と前沢小学校で店についてインタビューに行きました。前沢に店がほしいと言った人は、4人調べて3人でした。もう1人は、他の地区に住まれている前沢に店がなくとも困らないといっておられました。でも、お年寄りなどが困るから1けんくらいあってもいいんじゃないかと言っておられました。わたしたちも店がほしいと思います。わたしたちはそんなことを願っています。



くろがわ 富美香さん

しものねみ 霜野成巳さん



まつくら 寿美子さん

前沢のいいところ!

災害や地震があくない。

地域の人とすれちがったりした時に、あいさつをしてくれる。

地区の行事に、地域の人全員が参加!

田んぼの数がタライ。



地域の人とのふれあいがタライ



みんなが知らないポイ捨て



通学路にタバコが100本以上おちていた!!

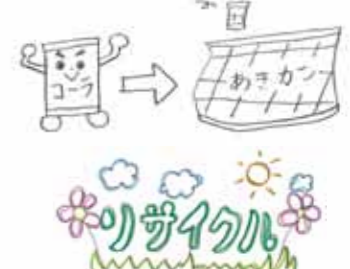


- 他にこんなものも...
- ・ペットボトル
 - ・あきかん(缶)
 - ・かんでんち
 - ・タバコの箱
 - ・ぐんち
 - ・ヨーヨーミルク
 - ・カフェオレのふき
 - ・ほれいさい



7月31日、わたしたちの通学路でポイ捨てしてあったごみを拾いました。拾ってみて思ったより、数が多くて、びっくりしました。なんと、タバコの数は、100本以上あったのです。捨てる人は、かんたんに捨てているけど、見ている人は、気分が悪くなります。だから、わたしたちはポイ捨てがなくなしてほしいです。

舟子さんの話
これは、町をあげてとりくむべき問題です





活動レポート

いつまでも生き生きと、
いくつになっても美しく！
身体の中と外から
きれいになる方法を体感！

「日焼けしない体質」
になるには？
身体の中から「日焼けしない体質」
になるには、体質改善が必要です。
活性酸素を抑えてくれる抗酸化成
分の摂取が大切（特にビタミンC）
になります。
また、夏は扇風機・冷房・紫外線・
汗をふくという行動が乾燥につなが
る要素となり肌荒れの原因になる
ので栄養＋スキンケアがとても大切
です。


7月14日（月）前沢公民館にて
いきいき前沢のお化粧品教室が開
催されました。資生堂中部支社
富山オフィススタッフ指導の下、
日焼けしにくい体質に改善する
ための食品選びや、季節柄美容の
ために気をつけるべきポイントを
学びました。その後、化粧水や乳
液など、つけ方や肌の悩みに応じ
た下地・ファンデーションの選び
方を学びながら、実際にメイク
アップしました。おそろいの白い
バンダナと白いエプロンをした19
名の参加者は、いきいきとした表情
で話を聞き、プロのメイク技
術を「肌で」感じていました。




7月15日（火）—生地コミュニティセンター

写真レポート


古里地区社会福祉協議会
視察研修交流会
古里地区をさらに
よりよくするために
花壇の整備などのボランティア活動や、ケ
アネット活動、黒部市のみまもり体制につい
て話し合いました。




川田みゆひ
わたしは取材活動をして、あこがれていた。
ごみをひろったりしてしんをとったりしているとき
ぐんてや、アイスのおいれものやたばこのほこなどがありました。
たばこのすいがらが100以上あふりふりました。



このかわあおい
此川葵
わたしは初めて取材活動をした時あまりうまく質問できませんでした。
たが52回目の時、みんなで話し合いをしてからいきました。でも、もう
聞くことがなくなった時、「もうないんですか」と言われても、という
んな質問を考えておけばよかったなと思いました。もう、取材活動
をするさかいはないと思うけど、質問をしにいく時などは、た
くさん質問を考えていきたいなと思いました。



長谷 悠莉
子ども記者でわたしは、たくさん取材したり記事をかいてとても楽し
しかたです。取材したとき、とてもきんちょうしてなかなか話すことが
できなかつたけど無事できたのでよかったです。
やてよかったです。と思いました。



ばんじょう ゆめ
番匠 由芽
取材活動に行くのは楽しかったです。でもインタビューする人に合わせて
質問を考えるのはむずかしかったです。記事にかくときは、みんながしんけん
や、ていて、きれいにできたなと思います。インタビューがうまくできなかつたの
で、これから機会があつたら今回したことを生かしてやりたいです。

来て見てヤンバイ映画館

開催時間:13:30から 入場無料

9月2日(火) **「武士の家計簿」**
出演:堺 雅人 仲間 由紀恵
場所 下立まちおこしセンター

9月30日(火) **「母べえ」**
出演:吉永 小百合 浅野 忠信
場所 荻生の館

今月の相談日

民生委員児童委員と心配ごと相談
行政相談員と行政相談 **ご予約不要**

黒部市福祉センター 9月 9日(火) 13:30~15:30
黒部市立中央公民館 9月11日(木) 13:30~15:30
(宇奈月町浦山2100-2)

弁護士と法律相談 **予約受付9月1日より**
黒部市福祉センター 9月16日(火) 13:30~15:30

富山県東部生活自立支援センター巡回相談 **ご予約不要**
黒部市福祉センター 毎週月曜日 13:30~15:00
(祝日除く)

催し物と休館日のご案内

黒部市福祉センター 利用時間/ 8:30~16:30

9月の催し物

6日(土)	歌謡パラダイスふれあいショー	10:30~
7日(日)	やまびこ会発表会	10:30~
9日(火)	松の会くろべ 踊り	10:30~
13日(土)	日本海歌謡研究会 歌と踊りの祭典	10:30~
20日(土)	YKK社友会歌謡同好会発表会	10:30~
21日(日)	カサプランカ愛好会 発表会	10:30~
23日(火)	ことぶきの会 発表会	10:30~
27日(土)	黒部民謡友の会 民謡と踊り	10:30~

休館日 24日(水)・毎週月曜日(1日・8日・15日・22日・29日)

※9月14日(日)は敬老会開催のため入浴のみ入館となります。

今月のクラブ



囲碁・将棋クラブ
金曜日(5日・12日・19日・26日(ミニ大会))



元気カラオケクラブ/健康麻雀クラブ
11日(木)・25日(木)

今月の湯

入浴時間 10:00~16:00

- ♨ 9月 2日(火)~ 7日(日).....巨峰の湯
- ♨ 9月 9日(火)~14日(日).....南国シークワサーの湯
- ♨ 9月16日(火)~21日(日).....海洋深層水風呂
- ♨ 9月23日(火)~30日(火).....レモン・ライムバスの湯

誕生日のお祝いに
センターの入浴券はいかがですか?
11枚綴り♨ 3,000円

町内の会合や趣味の集まりに、黒部市福祉センターをご利用ください

第2弾 元気づくり事業 バスハイキング

婦中方面

ぶどう狩りツアー **9月29日(月)**
9:00~16:00予定

日程 9:00 市福祉センター出発~
音川観光ぶどう園~
昼食(ますのすしミュージアム)~
高志の国文学館
16:00 市福祉センター着

参加費 3,000円 | 定員 27名

井波方面

まち歩きツアー **10月20日(月)**
9:00~15:00予定

日程 9:00 市福祉センター出発~
井波観光(彫刻工房・瑞泉寺)~
昼食(道の駅)~
おかし御菓蔵
15:00 市福祉センター着

参加費 2,500円 | 定員 27名

申込受付開始 9月8日(月) 9:00より
黒部市福祉センター窓口にお越しいただき申込みください



いきいき脳トレリーダー養成講座<全6回>

認知症予防にも効果がある脳トレーニング。講座や実習で指導方法を学び地域貢献しませんか。

平成26年 10月21日(火)~平成27年 1月20日(火)
基本10:00~12:00(体験活動時は除く)

受講内容 脳トレーニングについて専門的な講義と実際にトレーニングの問題作りを行います。施設等で実際に指導をする体験活動もあります。
※5回以上出席された方に修了証をお渡しします。

日程 ①10月21日(火) ②11月4日(火) ③11月18日(火)
④12月 2日(火) ⑤12月中体験活動 ⑥ 1月20日(火)

定員 30名

お申込み・お問合せは

ハガキまたはFAX、メールで郵便番号・住所・氏名(ふりがな)性別・生年月日・電話番号をご記入の上お申込みください。

【富山県いきいき長寿センター】
〒930-0094 富山市安住町5-21 サンシップとやま
TEL.076-432-6010 FAX.076-432-6009
Eメール vita@wel.pref.toyama.jp

お申込み締切 10月6日(月)

ふくしスマイルワーカー

スマイル Vol.9



NPO 法人 木ここち
認知症ケア専門士

亀田 司さん(52歳)

認知症高齢者1人ひとりがあるがままに受け入れ生活を支える

一緒に泣き、笑い、怒ると、問題行動が改善されていきます。

日本に7人いるバリデーションティーチャーのひとり。バリデーションとは認知症高齢者に対して共感を持って関わることにより、自尊心を回復し引きこもりに陥らないように援助するコミュニケーション方法の1つです。

「一緒に泣き、笑い、怒ると、いわゆる問題行動が改善されていきます。認知症の方のご家族が『こんなに笑って話すんですね』と言って感動されることも。様々な関わりの中で心を掛けると心が返ってくることを体感しました。この木ここちをバリデーションの実践の場として試みると同時に発信基地として進めていきたいと考えています」と、にこやかに話してくれました。



生活自立のための相談会を開催しています

生活に困窮している、金銭管理ができない、仕事が見つからないなど、暮らしのことでお困りのときはご相談ください。専門スタッフが自立に向けたサポートをいたします。

サポートの流れ

- 1 課題の整理
専門相談員に心配なことをお聞かせください
- 2 支援プランの作成
目標の確認後は関係機関と連携してサポート
- 3 包括的・継続的なサポート
プランを見直しながら目標達成までお手伝い

■相談会開催日は

毎週月曜日 13:30~15:00

[会場] 黒部市福祉センター

※ 本人以外(家族・親戚・民生委員等)からの相談も承ります。

ご相談は無料

地域福祉のために

黒部市社会福祉協議会に
寄付をいただきました。
ありがとうございました。

- 故 長谷川 弘 様(大布施)
- JAくろべ
カトレアホールやすらぎ 様
- 特別養護老人ホーム
越野荘 友愛セール 様