

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
29	30	1 買い物 ドライブ	2	3 買い物 ドライブ	4 買い物 ドライブ	5
6	7 健康体操B	8 健康体操A	9	10 健康体操B	11 健康体操A	12
13	14 自力整体 (香りの湯)	15 自力整体 (香りの湯)	16	17 自力整体 (香りの湯)	18 自力整体 (香りの湯)	19
20	21 季節行事 (おたのしみ会)	22 季節行事 (おたのしみ会)	23 天皇誕生日	24 季節行事 (おたのしみ会)	25 季節行事 (おたのしみ会)	26
27	28 レクリ エーション	29	30	31	1	2

時間/10:00~
 健康体操A・・・村田 あゆみ先生
 健康体操B・・・石田 みどり先生
 自力整体・・・稲田 清美先生

読んで楽しく



健康ミニコラム 自力整体で気持ちよくほぐしましょう

心と体をリラックスさせながら自力整体指導員のもと体操を行います。入浴では香り(精油)の湯が楽しめますよ!(12月~3月まで)

参加費 生き生き倶楽部に登録された方は無料

※医師から運動を止められている方は、ご遠慮願います。

お問合せは生き生き倶楽部の
担当:山内まで 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.mrrr.jp

●宇奈月支所(東部包括) 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.(0765)65-1165 FAX.(0765)65-9533
Eメール tobu-houkatsu@kurobesw.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
29	30	1 体操	2 体操	3 健康体操	4 健康体操	5
6	7	8 健康体操	9 健康体操	10 体操	11 体操	12
13	14	15 音楽療法	16 音楽療法	17 音楽療法	18 音楽療法	19 年越しまつり
20	21	22	23	24	25	26
27	28	29	30	31	1	2

時間/10:00~
 健康体操・・・岡崎 明子先生
 音楽療法・・・畠山 悦子先生
 体操・・・小森 亜希子先生



編集後記

みなさんは1年を振り返ると、どんなできごとを思い出しますか?じっくりと思い出してみると、そういえばあんなことも...というものも多いのではないのでしょうか。

振り返りや反省はしっかりしつつも「忘年会」で年内の憂さをしっかり晴らして、次の1年を新たな気持ちで迎えたいですね。とはいっても年賀状準備やクリスマス、大掃除...。まだまだ年内も盛りだくさんです!

編集 西田



[黒部市の人口] 41,983人 [65歳以上の人口] 12,430人 高齢化率 29.6%
H27.10.31 現在(外国人を除く)

特集 「2015年 ~一年を振り返る~」

地域の今を届ける密着レポート/前沢地区パートナーミーティングと子どもたちの街頭募金活動
 地域のおしらせ/元気づくり事業 減塩料理教室
 連載/ふくしスマイル・ワーカー etc.

今月の表紙 初冬の風物詩——軒先に吊られた干し柿を見るとほっこりとした気持ちになります





特集
2015年
「一年を振り返る」

1年間を締めくくる12月。
一つひとつを思い起こしながら振り返る
ことで、良かったことや上手いかなかつ
たこと、充実感や苦労など、さまざまな思い
が蘇ってきます。そうして改めて感じる思
いや反省、次に向けて生まれてくる目標。
今回の特集では、この1年間の「福祉く
ろべ」を振り返ります。



振り返ることから

2015年、日本では戦後から70年が経過し、阪神淡路大震災から20年、団塊の世代が65歳以上に達するといった節目の年でありました。また、生活上のさまざまな困難に関し、相談や支援を行い、経済的困窮や社会的孤立といった課題に取り組む「生活困窮者自立支援法」、危険な状態にある空き家に対処する「空き家対策特別措置法」など、これまで対応しきれなかった問題に取り組んでいくための法律も整備されました。

そして、この黒部においては北陸新幹線開業や、新市施行10周年、新市庁舎建設という大きな節目がありました。

福祉くろべではこういった出来事を踏まえながら、人やしくみ、活動の紹介を通じて、福祉に対する興味・関心を持つ機会、そして活動への参加や必要な時には相談するといった行動につながることを目指してきました。

毎月、さまざまな切り口で福祉に関する取り組みを特集し、新幹線開業に向けたチューリップでのおもてなしを住民みんなで協力することやつながりを築き、地域に関心をもつきっかけになればと取り組む若栗地区や、地域住民や地元企業と協力しながら一緒になっ

改めて、今

て地域の「足」となる二次交通の整備や企画に取り組むNPO法人黒部まちづくり協議会の取り組み。住み慣れた地域でその人らしい暮らしが続けられるように、さまざまな生活の困りごとに対して相談・支援を行う地域包括支援センターなどをご紹介しました。

これまで特集してきた人やしくみ、活動について改めて振り返ってみると、それぞれの「好き」や「得意」を活かして生き生きと活動する方々やボランティア団体が、地域にとって文化の継承や住民同士のつながりを築くといった「役割」を担っていたり、「出番」があることでやっていると、とても楽しみや生きがいになっていたり、分かります。そして、その一つひとつの活動がまちをより良くすることにつながっています。

私たちが福祉くろべの中で何度も書いた「自分たちの地域を自分たちで良くしていく」というのは、決してまちづくりを住民に丸投げするということではありません。「主人公」として自分たちの暮らしをどうしていきたいかを一人ひとりが考え、できることから取り組んでいくことが大切だと考えています。

たとえば目の前にゴミが落ちていけば拾う。近所の方とすれ違えばあいさつを交わす。たくさんある食材をおすそ分けしたり、地域の行事には子どもと一緒に行く。そういった自分の周りの暮らしを少ししあわせなものにすることも福祉のひとつであり、その積み重ねがこのまち全体をより良くしていくことへとつながります。

そして次の1年に向けて

黒部市社会福祉協議会では、来年も私たちが目指す「誰もが安心して暮らせるやさしい福祉のまちづくり」の推進のために、活動に取り組みたい方とボランティアの力を必要としている方の支援やマッチング、まちを良くしていく活動の資金となる赤い羽根共同募金というしくみの運営などに取り組んでいきます。さまざまな生活の困りごとやボランティア活動に関することなど、お気軽にご相談ください。

そして、福祉くろべでは引き続き

き福祉の情報誌として、さまざまな活動にスポットを当てながら、知り・関心を持ち・行動するというサイクルを生み出すことを目指していきます。

これまでにご紹介した福祉くろべの内容は、黒部市社会福祉協議会のホームページでもご覧いただくことができます。今後取り上げてほしい内容やご意見・ご感想などありましたら、ぜひお寄せ頂ければと思います。



黒部市社会福祉協議会
ホームページ

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

福祉くろべのバックナンバーを掲載しています。

くろべボランティアセンター
電話 0765-541-1082

2015年の福祉くろべから

このまちは住んでみたいなど
本当に思えるようなまちづく
りを小さな区画でもいいです
から、やってみてください。

YKK株式会社
代表取締役会長CEO 吉田忠裕氏



福祉くろべ1月号「皆さんの
行動が、このまちを良くするん
です!」より

日本地域福祉学会
副会長 牧里每治氏



住民は「主人公」なんですよ。
みんなが主人公として関心を
持つようになると、地域が変
わっていくんですね。

福祉くろべ9月号「地域を良
くするヒントは、おうちのなか
にありました」より

ひきこもっているという状況
は本人もつらいけども、親も
つらいんです。決してあきら
めないで、抱え込まないでほ
しいです。

NPO法人教育研究所
牟田光生氏



福祉くろべ10月号「ひとりのことを、
みんなで支えられる地域を目指して
―社会的な孤立を考える―」より

活動レポート

1

赤い羽根で広がる交流の輪
共同募金PRを
行いました

10月31日(土)、アピタ黒部店にて、
子どもたちの街頭募金を行いました。
参加した10名は、「募金箱をつく
ろう教室」で作った募金箱を使い、積
極的に呼びかけを行いました。
また、11月1日(日)には、前沢公民館
まつりに参加させていただき、地域の
方との交流を図りながら共同募金へ
のご協力をいただくことができました。
今後、地域住民の皆さんと顔の
見える関係づくりを心掛けながら活
動をしていきたいと思えます。

pick up!
子どもたちが募金活動をしました!



活動レポート

2

受賞おめでとつございます!
黒部市民や団体が
表彰されました

10月10日(土)にサンシップと
やまで富山県民ボランティア・N
PO大会、また10月29日(木)に
は富山県民会館で富山県社会福
祉大会が開催され、黒部市から
たくさん個人・団体が表彰さ
れました。
日頃の活動の積み重ねにより、
受賞された皆さまをご紹介いた
します!



富山県民ボランティア・
NPO大会

- ボランティア活動推進
富山県民会議会長表彰
卑弥呼くろべ
田家地区ボランティア部会

富山県社会福祉大会

- 富山県知事表彰
・社会福祉施設従事者の部
開澤 まり子
・社会福祉事業活動者の部
花本 親明
- 富山県知事感謝状の贈呈
・優良里親の部
畠山 与志和
さとみ

富山県社会福祉協議会会長表彰

- 社会福祉事業関係功労者の部
畠平 晴美(石田こども園)
堀田 美雪(三日市保育所)
宮崎 恵美子(黒部愛児保育園)
吉松 博子(荻生保育所)
・ボランティア活動参加者の部
村瀬 靖子(個人)
東布施地区ボランティア部会(団体)
- 富山県共同募金会会長表彰
・共同募金活動優良地区・団体
たかせ小学校児童会
三日市小学校児童会
共和土木株式会社
株式会社ミツイ

お知らせ

職員を募集します(平成28年4月1日採用)

- 募集職種 嘱託職員(フルタイム)・・・1名
- 仕事内容 宇奈月老人福祉センターの
ボイラー管理および会館管理
- 応募資格 ● 普通自動車免許
● ボイラー技士の資格を有する方、優遇
- 募集期間 平成27年12月1日(火)～15日(火)まで

- 募集職種 ホームヘルパー正職員・・・1名
- 仕事内容 利用者さん宅を訪問し、介護・家事等を行います
- 応募資格 ● 普通自動車免許
● 高等学校以上を卒業し、介護職員初任者研修
(ホームヘルパー2級課程)を修了された方
- 募集期間 平成27年12月1日(火)～

- 受付・お問い合わせ
● 月～金曜日 8:30～17:00
● 社会福祉法人
黒部市社会福祉協議会
本所 総務課:小柴
TEL.54-1082
※詳細は黒部市社会福祉協議会HP
にも掲載しています

今月の相談日

民生委員児童委員と心配ごと相談 ご予約不要
 行政相談員と**行政相談**
 黒部市福祉センター 12月 8日(火)13:30~15:30
 (金屋464-1)
 黒部市立中央公民館 12月10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12月1日より
 黒部市福祉センター 12月15日(火)13:30~15:30

富山県東部生活自立支援センター 予約受付12月1日より
生活自立支援相談
 黒部市福祉センター 12月14日(月)10:00~11:30
 1月 5日(火)13:30~15:00

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。

- 有倉 隆久 様(荻生)
- 社会福祉法人 にかわ苑
シェアフィールド ひまわり 様

イベントpick up!

全館無料開放 年越しまつり

平成27年 12月19日(土)8:30~15:00
[場 所] 黒部市福祉センター

縁日コーナー	アトラクション
9:30~ パットゴルフ・輪投げ お菓子つかみどり・どんどん焼き みそ田楽・ドーナツ など	11:00~ よさこい演舞 11:30 黒部RAY乱舞隊 13:00~ 民謡歌手 13:30 大野光子さん

500円以上募金された方に豚汁&おにぎり&抽選券をプレゼント! 10:00~	健康測定コーナー 10:00~ 血管年齢を測定しよう! あなたの血管は何歳? 大抽選会 14:00~ 豪華景品が当たる!
---	---

お問い合わせ
 黒部市社会福祉協議会 黒部市金屋464-1
 TEL.54-1082 / FAX.52-2797
 ※この事業は共同募金の助成金を受けて行っております。

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

12月の催し物

5日(土) さくらカラオケ愛好会	10:30~
6日(日) はまなすカラオケ&踊笑の会	10:30~
10日(木) 元気カラオケ 発表会	10:30~
12日(土) 魚津カラオケ友好会	10:30~
13日(日) YKK社友会歌謡同好会 発表会	10:30~
19日(土) 年越しまつり	8:30~
20日(日) 日本海歌謡研究会 発表会	10:30~

休館日 毎週月曜日(7日・14日・21日)・24日・28日~31日
 ※12月24日(木)は天皇誕生日の振替休館となります。

1月の催し物

9日(土) 歌謡パラダイスふれあいショー	10:30~
10日(日) 日本海歌謡研究会歌と踊りの祭典	10:30~
17日(日) こぶしカラオケ愛好会	10:30~

休館日 毎週月曜日(4日・11日・18日・25日)・1日~3日
 ※12月28日(月)~1月4日(月)は年末年始休館となります。

今月のクラブ

- 囲碁・将棋クラブ 毎週金曜日(4日・11日・18日・25日)
- 元気カラオケクラブ/健康麻雀クラブ 木曜日(10日・17日)健康麻雀は3日も開催

今月の湯

入浴時間 10:00~16:00

- ☪ 12月 1日(火)~ 6日(日) .. アロエの湯
- ☪ 12月 8日(火)~13日(日) ... 紅葉の湯
- ☪ 12月15日(火)~20日(日) ... みかんの湯
- ☪ 12月22日(火)~27日(日) ... ローヤルゼリーの湯

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

写真レポート 2

災害時に備えるために



10月11日(日)一下立地区内

地区社会福祉協議会・住民・老人福祉施設が連携し、災害時の避難ルートや避難時に支援が必要な方々の支援体制を確認しました。

写真レポート 1

減塩でも絶品! 料理教室を開催しました



10月9日(金)一大布施公民館

小さじ1/2杯の減塩レシピに笑顔のスパイスが加わって、楽しくにぎやかに秋の味覚を堪能しました。

ふくしスマイルワーカー

スマイル Vol.24



特定非営利活動法人 ちびっこきらら保育園 保育士

稲村 真由さん

園での生活を見守り、身体と心を育む

一人ひとりの個性や成長を大切にしたい

子どもたちと過ごす中、「日々の成長を感じる瞬間が嬉しいんです」と語る稲村さん。子どもたちが初めて経験する集団生活の場として、一人ひとりの個性や状況に合わせて接することを心がけているそうです。

小学生の頃から憧れていて保育士になった稲村さんも、一時は他の職業を経験されました。その後、自分自身が母親になったことで、改めて保育に携わりたいと8年前に復帰。「園の子どもたちを自分の子のように思っています。年齢に応じて出てくる悩みを、一緒に考えながら乗り越えていきたいですね」と語る笑顔に、子どもたちへの愛情を感じました。

お知らせ 2

手作りでお正月を迎えよう

お正月飾りづくりの会

平成27年 12月16日(水)
 [時 間] 13:30~
 [場 所] 黒部市福祉センター
 うめ・さくらの間
 [定 員] 10名
 [参加費] 500円

お申し込み期間

12月1日(火)~10日(木)
お申し込みは、黒部市福祉センターまで

お知らせ 3

子育てすくすくネットワークの会

サンタクロースと遊ぼう

サンタクロースと工作をしたり踊ったり♪ クリスマスのひと時を、親子で楽しみませんか?

平成27年 12月6日(日)
 [時 間] 9:30~12:00
 [場 所] 親水の館(田家公民館)
 [対 象] 市内在住の親子(小学生以下)
 [内 容] ●みんなで紙芝居を見よう

入場無料

参加自由

- みんなでサンタグッズを作ろう
 - みんなでサンタと踊ろう(講師:布村 美香氏)
- ★子育て相談もお受けしています