

# 福祉 くろべ

# 6月

2016

No.123

編集・発行 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 平成28年6月1日発行

## 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	31	1	2	3	4
				口腔体操	口腔体操	
5	6	7	8	9	10	11
	健康体操A	健康体操B		健康体操A	レクリエーション	
12	13	14	15	16	17	18
	バスハイク	バスハイク		バスハイク	バスハイク	
19	20	21	22	23	24	25
	健康体操A	健康体操B		健康体操A	健康体操B	
26	27	28	29	30	7/1	2
	レクリエーション	健康体操C		健康体操A	レクリエーション	

時間/10:00~  
 健康体操A … 石田みどり先生  
 健康体操B … 村田あゆみ先生  
 健康体操C … 岡崎 明子先生

読んで楽しく



### やってみよう!「あいうべ体操」

あいうべ体操とは、口呼吸を鼻呼吸に変える体操です。鼻呼吸することは、体にとって良い効果がたくさんあります。風邪予防はもちろん、免疫力もアップ!アレルギー性疾患改善や便秘、むくみにも効果あり!脳の血流もアップします。やり方は、口を大きく開け「あ〜」「い〜」「う〜」「べ〜」とできるだけ大きめにします。声は小さい方がやりやすいです。1日30セットが目安です。

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.mrr.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	31	1	2	3	4
			体操	健康体操A		
5	6	7	8	9	10	11
				健康体操B	体操	
12	13	14	15	16	17	18
		体操	健康体操C	健康体操C	健康体操C	
19	20	21	22	23	24	25
			健康体操A		健康体操B	
26	27	28	29	30	7/1	2
		健康体操B	健康体操B	体操	体操	

時間/10:00~  
 健康体操A … 岡崎 明子先生  
 健康体操B … 牧野 和子先生  
 健康体操C … 樋口 瞬先生  
 体操 … 小森亜希子先生



## 編集後記

監査の準備で事務所と相談室を何回も往復した次の日、脚が筋肉痛に!日頃の運動不足を文字どおり「痛感」しました。体操の取材では合間にこっそり参加させていただくこともありますが、楽々とこなすご高齢の方々の体力に驚きます。やはり「継続は力なり」です。

編集 中野



[黒部市の人口] 41,899人 [65歳以上の人口] 12,483人 高齢化率 29.8%  
 H28.4.30 現在

## 特集 今、黒部の未来を考える -これからの地域福祉のあり方-

地域の今を届ける密着レポート/熊本地震義援金活動

地域のおしらせ/第11回 黒部市社会福祉大会

連載/ふくしスマイル・ワーカー

etc.

今月の表紙 水田と夕陽—この季節ならではの美しい夕景

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。



特集

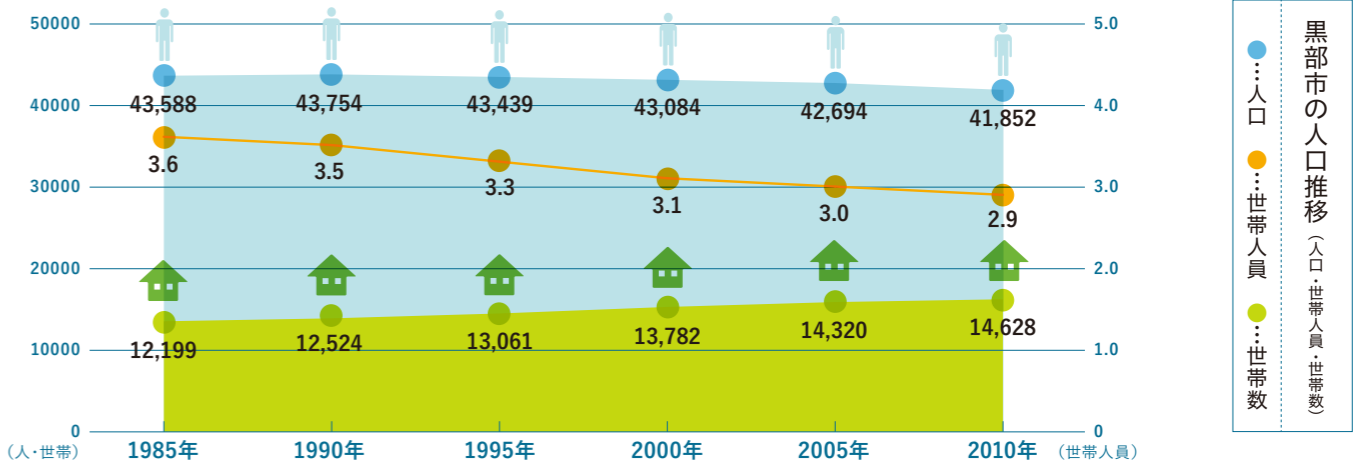
# 今、黒部の未来を考える

―これからの地域福祉のあり方―



平成28年4月末現在の黒部市の人口は4万1899人、高齢化率（65歳以上の人口）は29・8％です。人口減少や少子高齢化の進行など社会を取り巻く環境は大きく変化しています。

今回の特集は、私たちの「ふだんの暮らし」を支える福祉の未来について取り上げます。



## これからの福祉に必要なもの

黒部市社会福祉協議会では、今年1月から「地域福祉推進の拠点に関するあり方検討委員会」（以下あり方検討委員会）を立ち上げました。将来の地域福祉の拠点となる施設を整備していくことを目標に8月までに報告書をまとめていきます。まずは、今の地域福祉の状況と未来のイメージを固めていき、これから求められるものを重点的に検討していきます。そのために様々な年代層の方や、地縁組織、ボランティア団体、当事者団体など20件を超えるヒアリング調査と、地域での福祉活動や自治活動に関わる方々から、今とこれからの地域課題や必要とされているニーズについて約1000件の活動実態アンケートを行いました。（調査結果はHPに公表予定）

その調査分析の中から、未来を見据えて今、何に取り組み、どのような対策をとるのか、地域福祉を支えるために必要な機能や役割を果たせる拠点はどのようなものかを委員会で議論しています。

## 多様な視点で議論する

あり方検討委員会は、商工、自治会、子育て、外国人支援、行政ボランティアなど幅広い分野からの委

員で構成し、多様な視点での議論を進めています。

委員長となった黒部商工会議所会頭の川端康夫さんに、委員会での議論を通じて感じたことをお聞きしました。

### Qあり方検討委員会の印象は？

「福祉というのは様々な立場や世代に影響がある分野です。ただ、直接的な当事者ではない方々には関心が薄くなってしまっているのも事実です。そういった意味では、この委員会が多様な視点をもつ委員同士が様々な地域の課題やこれからの福祉について議論していくことで、知り、学び、関心をもったりすることもできると考えています。委員会では地域福祉の現状や活動者のニーズを把握するところにかかなりの時間をかけています。でも、これは無駄じゃないと思うんですね。しっかりと現状を押さえ情報を積み重ねていくことで委員の皆さんの意識も深まり良い議論ができると考えています。」

### Q先を見据えた計画を考える時の視点は？

「どうしても自分の世代の目線で考えてしまいますけれども、計画をつくっていく中で大事なのは、計画が実行される時に当事者と

なってくる方々の視点を取り入れていかないといけないということ。我々のような世代がつくっていくことが多いのですが、本当にそれでいいのかなとも思っているんですね。今の世代の意見だけではなく、将来を見据えるとか若い方々の意見、実際に活躍されている方にとどんな意見を聞くことが必要だと思えますね。」

### Q拠点のイメージは？

「まだ議論の途中で私自身も勉強中なのですが、私は幅広くというよりは、ある程度、的を絞って少し深みのあるものがいいと感じています。これからは住民同士の支え合い活動を地域で行うことが必要であるとのご意見を委員の方からいただきました。この動きは間違いなく広がっていくと思えますから、そのリーダーとなる人たちをつなげる場や、地域の活動をサポートする拠点が求められるのではないかと考えています。集まる拠点、総合的な拠点という考え方プラス、地域で活動される方の中心的な役割の場所、つまり『支援する人たちが支援する場』の役割も重要になっていく気がします。」







活動レポート 1

熊本地震災義援金活動  
子どもたちが  
街頭募金活動を行いました

黒部キッズバレーボールクラブの団員が、大阪屋シヨップ黒部店前で熊本地震災義援金街頭募金活動を行いました。募金活動終了後、黒部市福祉センターで贈呈式が行われ11万1196円の義援金が集まりました。この義援金は黒部市共同募金委員会から富山県共同募金委員会を通じて熊本の被災地や被災者の方々へ配分されます。



募金終了後、贈呈式が行われました!



たくさんの方にご協力をしていただきました



子どもたちの元気な声で呼びかけました



活動レポート 2

若栗小学校  
義援金が贈呈されました

若栗小学校児童会は、熊本地震に合わせた方々へ自分達でできる事をしようと、児童や家族等に義援金を呼びかけ約1週間で4万5142円を集めました。5月2日(月)ランチルームにおいて「募金をお渡しする会」を開催し林事務局長へ義援金を贈呈しました。



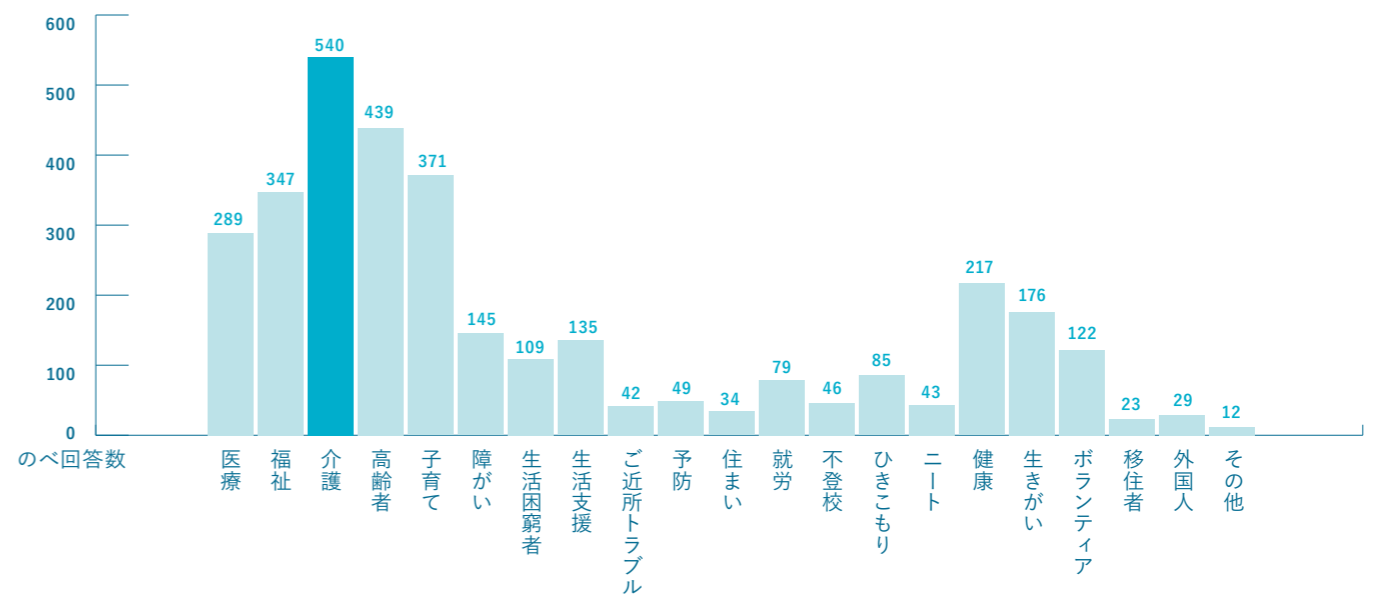
子どもたちから贈呈されました。

黒部市共同募金委員会では義援金を受け付けています。また、市内150ヶ所に募金箱を設置しています。みなさまのご協力をお願いいたします。

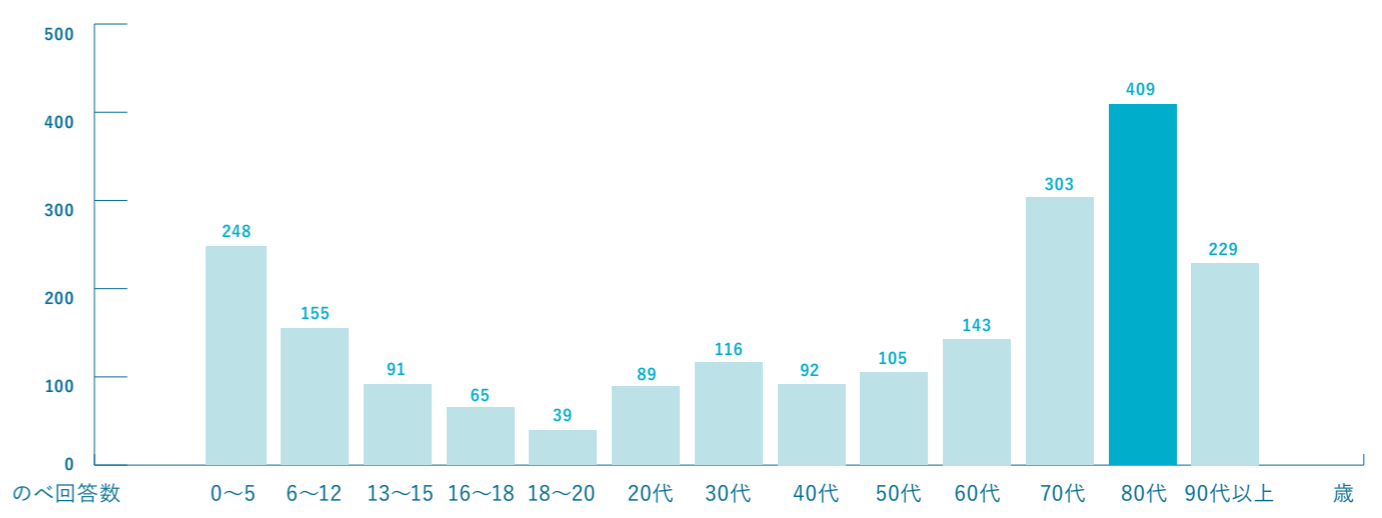
誰もが安心して暮らせるまち

黒部市社会福祉協議会が目指す「誰もが安心して暮らせるやさしい福祉のまちづくり」の推進を図るためには、目の前にある地域の課題を早急に解決していくと同時に、5年10年先の未来の地域の姿を描きながら、そのために必要なことを今から考え、予防策や取り組みを中長期的に考えていく必要があります。行政、企業、ボランティア、関係団体そして住民の皆さんと共に連携・協働しながら、地域での解決策やしくみを考える場、議論する場をつくるのが協議会の役割です。8月の報告に向け、委員会を含めた検討を進めています。情報は黒部社協HPに随時公表していきますので、多様なご意見ご感想などを寄せていただき、自分たちの地域の未来について共に考える機会にしたいと考えています。社会福祉協議会は、「自分たちの町は自分たちで良くしていく」活動を支援し、住民主体のまちづくりを進めていきます。

今後、力を入れていくべき、又は現在、支援が不足していると思う分野について



今後、力を入れていくべき、又は現在、支援が不足していると思う世代について



「地域福祉推進の拠点に関するあり方検討」に関するアンケート調査より抜粋 調査期間:平成28年3~5月 回答者数:1066人



### 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 6月14日(火)13:30~15:30  
(金屋464-1)

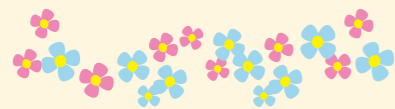
黒部市立中央公民館 6月 9日(木)13:30~15:30  
(宇奈月町浦山2100-2)

弁護士と法律相談 **予約受付6月1日より**

黒部市福祉センター 6月21日(火)13:30~15:30

富山県東部生活自立支援センター  
生活自立支援相談 **予約受付6月1日より**

黒部市福祉センター 6月13日(月)10:00~11:30



### 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

#### 6月の催し物

7日(火)	こぶしカラオケ愛好会	10:30~
21日(火)	藤間流華松会(日舞)	10:30~
25日(土)	北川歌謡ショー	10:30~

休館日 毎週月曜日(6日・13日・20日・27日)

※6月5日・11日・12日・19日・26日は敬老会開催のため入浴のみとなります。

#### 7月の催し物

2日(土)	YKK社友会 歌謡同好会	10:30~
9日(土)	高山舞踏研究会 踊の集い	10:30~
16日(土)	華の会歌謡ショー	10:30~
17日(日)	魚津カラオケ友好会歌謡ショー	10:30~
23日(土)	こぶしカラオケ愛好会	10:30~
24日(日)	カラオケうた仲間	10:30~
30日(土)	歌謡パラダイスふれあいショー	10:30~
31日(日)	日本海歌謡・歌と踊り発表会	10:30~

休館日 毎週月曜日(4日・11日・18日・25日)・3日(日)・10日(日)

※3日・10日は敬老会開催のため入浴のみとなります。

### 今月のクラブ

囲碁・将棋クラブ 金曜日(3日・10日・17日・24日)※24日は夏場所(ミニ大会)  
元気カラオケクラブ 木曜日(2日・9日・16日・23日・30日)

今月の湯  
入浴時間 10:00~16:00

- 6月 1日(水)~ 5日(日) ... 薬健湯
- 6月 7日(火)~12日(日) ... しょうぶの湯
- 6月 14日(火)~19日(日) ... オレンジバス
- 6月 21日(火)~26日(日) ... 南国シークワサー
- 6月 28日(火)~30日(木) ... 薬健湯

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11回 黒部市社会福祉大会

大会についての詳細は、来月号でご紹介いたします。

平成28年 7月17日(日) 13:30~(予定)  
[会場] 黒部市国際文化センター「コラーレ」  
カーターホール

黒部市社会福祉大会は赤い羽根共同募金の助成金を受けています。



### 来て見てヤンバイ映画館

開催時間:13:30から 入場無料

6月7日(火) 「北のカナリアたち」  
出演:吉永 小百合 柴田 恭平  
場所 三日市公民館

6月8日(水) 「RAILWAYS 愛を伝えられない大人たちへ」  
出演:三浦 友和 余 貴美子  
場所 音沢公民館

6月28日(火) 「喜劇 駅前茶釜」  
出演:森繁 久弥 伴 淳三郎  
場所 生地コミュニティセンター

### 新しい黒部市役所を見て元気はつらつ!



4月21日(木)~27日(水)ー黒部市役所 他

元気はつらつ体操教室のみなさんでバスハイキングに出かけました。黒部市役所の新しい議場や議長室を見学し歓声が上がっていました。

### ふくしスマイルワーカー

スマイル Vol.30

富山県生活協同組合 けんせいきょう輝くろべ 准看護師

宮崎 寛子さん(41)

送迎や食事・入浴などの介護を担う

### 気軽に見学していただきたい

昨年12月から輝くろべで働き始めた宮崎さんは「ここに勤めたのは、職員のみなさんが優しく、あたたかく明るい雰囲気が決め手でした。そんな施設を近所の方にも気軽に寄っていただける場所にしたいです」と話されます。

看護師の母に憧れ小学生の頃からの夢を叶え資格を取得した後、おばあちゃん子だったこともあり「お年寄りの役に立てたらいいな」と思い介護の仕事に就いたそうです。

「お年寄りや人生の先輩」と話す宮崎さんは、利用者の方とのコミュニケーションを大切に「ここに来て良かったと思ってもらえるように一生懸命がんばっています」と笑顔で話されました。

### シャキっとうらやま☆で健康づくり



4月20日(水)ー浦山交流センター(浦山地区)

地元在住のコーディネーター炭田亮子さん指導のもと、楽しく身体を動かしました。「シャキっとうらやま☆」として毎週水曜日に行われます。

### 歌って動いて気分スッキリです!



5月12日(木)ー新天公民館(三日市地区)

新天つばき会では会員15名が毎月軽い体操やゲーム、小物づくりなどの介護予防を楽しんでいます。

### あったか雪募金

平成27年度 募金総額 131,357円

職域募金	11,752円
個人募金	3,000円
イベント募金	40,000円
その他の募金	76,605円

おかげさまで今年も雪で困る皆さんの役に立つことができました。ありがとうございました。

