

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに。

福祉くろべ



大人になったら
みえなくなるもの

2020
12
December

特集 「歩いて気づく地域の魅力」

スマイルワーカー 樋口瞬さんのお話

くろべ脳トレクラブ

小物づくり教室

【編集・発行】 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 令和2年12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。

新型コロナウイルス感染症の県内での発生状況で、イベントの中止や休館となることがございますので、ご了承ください。自宅での検温、来館時にはマスクの着用をお願いいたします。

うなづき 黒部市宇奈月老人福祉センター
TEL.(0765)65-1820

2020 12 介護予防通所事業
生き生き倶楽部

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 レクリエーション	2	3 レクリエーション	4	5
6	7 レクリエーション	8 介護予防教室	9	10 健康体操B	11	12
13	14 レクリエーション	15 健康体操B	16	17 健康体操A	18	19
20	21 クリスマス会	22 クリスマス会	23	24 クリスマス会	25	26
27	28 レクリエーション	29	30	31	1/1	2

時間/10:00~11:00 対象/65歳以上の方 参加費/150円(入館料のみ)

健康体操A 石田 みどり 先生 健康体操B 村田 あゆみ 先生
介護予防教室 黒部市接骨師会

※新型コロナウイルス感染拡大予防の為、全ての教室は事前予約制です。
定員/18人 申し込み先/(0765)65-1820 徳光

くろべ 黒部市福祉センター
TEL.(0765)54-1082

2020 12 介護予防のための
元気はつらつ体操教室

日	月	火	水	木	金	土
29	30	1 アロマ・ヨガ	2 体操	3 アロマ・ヨガ	4 アロマ・ヨガ	5
6	7	8 健康体操	9 アロマ・ヨガ	10 健康体操	11 体操	12
13	14	15 脳トレ	16 音楽療法	17 音楽療法	18 音楽療法	19
20	21	22 音楽療法	23 自力整体	24 自力整体	25 健康体操	26
27	28	29	30	31	1/1	2

時間/10:00~11:00 対象/65歳以上の方 参加費/300円(入館料のみ)

健康体操 炭田 亮子 先生 アロマ・ヨガ 村田 あゆみ 先生
音楽療法 畠山 悦子 先生 自力整体 稲田 清美 先生
脳トレ くろべ脳トレクラブ 体操 小森 亜希子 先生

読んで効く

健康 ミニコラム 寒くなる季節、暖房器具による
低温やけどに注意しましょう。

湯たんぽやこたつなど心地よいと感じる温かさであっても長時間当たり続けると低温やけどになります。

<低温やけどの防止策>

- ①肌直接当てない。
- ②同じ箇所に長時間当てない。
- ③就寝時には使用しない。

もし火傷してしまった場合は流水で冷やしましょう。氷などは極端に冷えすぎるので避けましょう。



今月の表紙

大掃除をしているお母さんを手伝って窓ふきをしていると息が白く見えてびっくり。息を吹きかけた部分はくもってすぐに消えました。面白くなって何度も息を吹きかける翔也くん。家で大発見をしました。

福祉・ボランティアに関することは

社会福祉法人 **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・黒部市東部地域包括支援センター 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

私たちは5GOALS for 黒部を推進しています



ちよこつと情報 [黒部市の人口] 40,807人 [65歳以上の人口] 12,877人 高齢化率 31.6% R2.10.31 現在

歩いて気づく

地域の魅力



生地地区にある丸中水産株式会社代表取締役の松野均(まつ の ひとし)さん(71歳)は、大正時代に造られた漁具倉庫を改装した生地まち歩きの休み処「北洋の館」を運営しています。黒部まちづくり協議会*1での経験を活かし、地域の歴史を伝えながら歩けるまちづくりを理想とする松野さんの思いを紹介します。

まちづくりの理念を学ぶ

黒部まちづくり協議会初代会長から「これからは商業・農業・漁業が一体となってまちづくりをしていかなければならない。そのために、メンバーになっていただきたい」と何度も誘われ、松野さんは黒部まちづくり協議会に加わりました。「漁師がまちづくりについて考えるなんて最初は想像もつかなくてお誘いをお断りしていましたが、一度だけ参加してみようと思いましたが、そしたらそれまで聞いたことのない話が次から次へと出てきて活動に夢中になっていきました」と話します。

平成12年には、黒部まちづくり草の根国際交流事業の一環としてオランダのスネーク市とドイツのウルム市へ視察に行きました。そこでは、旧市街地を囲むように道路が通り、車は駐車場に停めて旧市街地では安心してゆったりと歩けるようになっていました。「百聞は一見に如かず



スネーク市役所(オランダ)



ウルム市役所内で意見交換会(ドイツ)

ですね。最初は観光のつもりでしたが、現地の人と議論したり街を歩いたりしていると、まちづくりについてわかってきました。交通を充実させることも良いかもしれませんが、費用がかかります。歩いて暮らせる街にすると環境に優しいし、いつまでもその地域で生活できて、にぎやかな街になることがわかりました」と話します。また、議論の仕方についても驚きがありました。当時の日本では口の字型に机を並べる会議が主流でしたが、ドイツでは円卓会議が行われていました。「まちづくりについて対等の立場で議論できるようになっていました。視察後に自分たちも実践してみました。時間が足りないくらい議論できました」と話します。ヨーロッパの視察後はアメリカのメーコン市でも現地の商工会と議論し、いろいろな手法のまちづくりがあることがわかりました。海外の視察によって松野さんのまちづくりに対する意識は大きく変化しました。

魅力の再発見

旧黒部市では観光への意識が薄かったこともあり、平成12年にもう一度観光資源を掘り起こすことになりました。2年半にわたって歴史、文化、産業、自然などの分野を調べ、多くの観光資源があることがわかりました。そして、松野さんが商工会議所の人たちに生地地区を案



視察当時を振り返る松野さん

内することになりました。「生地の良い所を案内すると、まち歩きの事業に参加してほしいとお願いされると思ったので、わざと魅力を感じない所を案内しました。そしたら、商工会議所の人たちにとっては逆に魅力的だったようで、それがきっかけとなって生地でのまち歩きが始まりました。まち歩きをしていて僕たちが驚いたのは、参加された皆さんが生地の歴史よりも湧き水を見てびっくりしていたこと。自分たちにとっては当たり前のことだったので湧き水を見て喜ばれるとは思っていませんでした」と話します。

地元の女性グループにも手伝ってもらいながら年間約2,000人を案内しました。最初は地元の人たちに不思議な目で見られたり、防犯上危ないと反対意見も出ましたが、段々と地域の景観が良くなっていきました。「地元

の人たちからしたら、まちを歩いて何が観光になるんだと思いますよね。でも見られることによってまち全体がきれいになって住んでよし、訪れて良しのまちになる。これがまちづくりの理念とつながっていきます。ヨーロッパの理念に近づける形ができたと思います」と話します。

まち歩きのリゾートの誕生

平成13年に生地のまち歩きが始まり、平成16年には魚の駅ができましたが、海沿いに休憩場所がありませんでした。松野さんは平成14年まで流し網漁で使っていた会社の倉庫を平成18年に無料で休憩できる「まちの駅・北洋の館」として開放しました。現在も航海計器の展示やイベントスペース、ギャラリーとして活用し、「航海計器は、会社の歴史も含めて地域の歴史も皆さんに知っていただきたくて展示しています。」



実際に使用されていた歴代の航海計器

実際に船に乗っていた人は段々と亡くなり、一緒に船に乗って北洋漁場まで漁に行った経験を語る人は少なくなっています。若き漁師たちが北洋漁場を開拓した歴史の片鱗がここにあるということを伝えていきたいです」と話します。

歴史を刻み続ける

北洋の館は平成29年に売り場を併設したカフェにリニューアルしました。隣の倉庫は荻生小学校の講堂をそのまま移築したもので会議やイベントでも使用されています。「まさか、こんなに人が来ていただけとは思っていませんでした。近所の方や市外からもお客様が来られます。こういう形の成功事例を知っていただいて、周りでもやりたいと思う人が出てくるというですね。今後とも普段着で休めて談話できる場所にしていきます」と話します。

私たちの生活の中には、当たり前になって普段は気づかないことでも実は地域の魅力や観光資源になるものもあります。長い歴史を刻んだ建物もいろいろな形に生まれ変わり、後世に引き継がれていくことで、住民から親しまれる地域の財産となります。

地元の人々の居場所、集う場として地域で愛され続ける北洋の館。これからも生地の歴史と松野さんの思いは受け継がれながら「歩けるまちづくり」は続きます。

実は黒部で、こんな事やっています!

Vol.7

間違えるからこそ楽しい!脳トレ

くろべ脳トレクラブは29名のメンバーが4つのグループに分かれて、高齢者施設や地区のサロン、放課後子ども教室などに出向いて脳トレーニングを実施しています。ひとひねりした歌や体操、カードゲームをすることで、脳の活性化や認知症の予防にもつながります。

間違えながらもみんなで笑って楽しく問題を解いていくと生活にもメリハリが出てきます。自分たちが楽しむことを大切にしながら、今後は男性の参加者を増やしたり、子どもたちにも脳トレの魅力を伝えていきたいです。

いつでも、どなたでも新規メンバー募集中です。脳トレをやりたい方、団体からのご依頼もお待ちしております。



秋にちなんだ文字の並び替え

くろべ脳トレクラブ

- 活動日時 奇数月の第4火曜日午前10時~12時 大布施公民館にて全体定例会
- 活動内容 スケジュールに合わせてグループごとに集まり、随時打ち合わせ
- お問合せ 代表：野口 勲(のぐち いさお)さん TEL.090-9444-8270
副代表：浦田 幹子(うらた みきこ)さん TEL.(0765)54-1435



活動レポート 黒部市の個人・団体の皆さまが表彰されました

多年にわたり社会福祉の発展に貢献された功績を称えて、市内から6名・4団体の方々が表彰されました。

富山県民ボランティア・NPO大会

- 富山県知事表彰(ボランティア部門功労) 東布施地区ボランティア部会
- ボランティア活動推進富山県民会議会長表彰 秋元昌子

令和2年度富山県社会福祉功労者表彰式

- 富山県社会福祉協議会会長表彰 柳原佑美子
- 富山県共同募金会会長表彰
 - 共同募金奉仕者 松原宗一
 - 共同募金活動優良地区・企業及び団体 (株)ノースランド黒部ショッピングセンターメルシー
- 富山県共同募金会会長感謝状の贈呈
 - 企業及び団体 株式会社中西電気
 - 災害義援金協力団体 黒部市自治振興会連絡協議会

令和2年度全国社会福祉協議会会長表彰

- 社協・民間福祉団体功労者 新村恵子

全国民生委員児童委員大会

- 全国民生委員児童委員連合会会長表彰
 - 民生委員・児童委員功労者表彰 (永年勤続20年以上) 田村豊嗣

令和2年度中央共同募金会会長表彰

- 奉仕功労者 松井敏昭

※1 NPO法人黒部まちづくり協議会。平成9年に「市民一人ひとりから始めるまちづくり」を合言葉に任意団体として誕生。市民の手づくりによる活動が繰り返されている。



生地まち歩きのリゾート「北洋の館」

黒部市福祉センターのお知らせ

休憩時間/9:30~16:00 入浴/10:30~15:30
※休憩時間、入浴時間が短縮になっております。

新型コロナウイルス感染症の県内での発生状況で、イベントの中止や休館となることがございますので、ご了承ください。

12月

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、12月は演芸、ステージ発表をいたしません。

休館日 毎週月曜日(7日・14日・21日・28日)

※12月30日~1月3日は年末年始のため休館いたします。

1月

1月の演芸、ステージ発表は未定となっております。

休館日 毎週月曜日(4日・11日・18日・25日)

ポールウォーキング

金曜日(11日・25日)

囲碁・将棋クラブ、元気カラオケクラブにつきましては新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、12月は開催を中止とさせていただきます。



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

催し物と休館日のご案内

今月のクラブ

被災地支援のために

黒部市共同募金委員会に寄付をいただきました
ありがとうございました

黒部市国際文化センターコラーレ主催のチャリティー上映会が10月10日(土)と11日(日)の両日開催されました。入場料と集まった義援金は、すべて令和2年7月豪雨災害の被災地支援のために寄付されました。



今月の相談日

民生委員児童委員と心配ごと相談

- 黒部市福祉センター(金屋464-1) 行政相談員が同席
12月8日(火) 13:30~15:30 / 予約不要
- 黒部市立中央公民館(宇奈月町浦山2100-2)
12月10日(木) 13:30~15:30 / 予約不要

弁護士と法律相談

- 黒部市福祉センター(金屋464-1)
12月15日(火) 13:30~15:30 / 予約受付12月1日より※先着4名
相談内容問わず、年度につき
1人3回までのご利用とさせていただきます。

富山県東部生活自立支援センター 生活自立支援相談

- 黒部市福祉センター(金屋464-1)
12月14日(月) 10:00~11:30 / 予約受付12月1日より

新型コロナウイルス感染症の県内での発生状況で、相談員の変更や中止となることがございますので、ご了承ください。

Q. 高齢者の介護予防で心がけていることを教えてください。

体操教室に参加される皆さんには無理せず楽しんでいただきたいと思います。体操や運動は一人ではなかなか続けられませんが、福祉センターなどの集まる場でみんなと一緒にやると長く続けることができます。自宅に帰ってから習った運動をするのも良いことですし、体操だけではなく、お喋りして交流することも介護予防には良いことだと思います。

「運動を続けたおかげで肩や腰が良くなったわ」、「先生の体操は楽しかったわ」と言っていただけるとやりがいを感じます。これからも参加者の方々に楽しんでいただいて、地域に運動の輪を広げていきたいです。

スマイル ワーカー



樋口瞬さん
(ひぐちしゅん)



朝日町環境ふれあい施設らくちーの健康運動実践指導者



趣味・好きなこと
筋力トレーニング

📣 おしらせ

一時的な生活資金の 緊急貸付に関するご案内

新型コロナウイルス感染症の影響により、休業や失業等によって生活資金にお悩みの方々に向けた、緊急小口資金、総合支援資金の特例貸付の受付期間は今月までとなっております。

期間	令和2年12月28日(月)まで
受付時間	9:00~17:00(月~金曜日※祝日除く)
貸付利率	無利率・保証人不要
申込方法	事前に電話でお問い合わせください。 必要書類等についてお伝えいたします。

申込・お問合せ 黒部市社会福祉協議会
TEL:(0765)54-1082

📣 おしらせ

干支(丑)の押絵づくり



新年を彩る干支飾りを楽しく手作りしてみませんか?

日時	令和2年12月14日(月) 13:30~15:00
場所	黒部市福祉センター 大広間
講師	高島 真美子 氏
定員	20名
参加費	600円
持ち物	ハサミ、タオル
申込期間	12月1日(火)~12月10日(木) ※定員になり次第受付を終了します。

申込・お問合せ 黒部市社会福祉協議会
TEL:(0765)54-1082