

「ふ」だんの「く」らしを「し」あわせに。

福祉くろべ



あっという間。

特集 「41年の歩み ー特別から日常へー」

2021
10
October

スマイルワーカー 目澤幸代さんのお話 | 募金箱をつくろう教室 | 一時的な生活資金の緊急貸付に関するご案内

【編集・発行】 社会福祉法人 黒部市社会福祉協議会 令和3年10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

2021 10 | 介護予防通所事業
生き生き倶楽部

日	月	火	水	木	金	土
26	27	28	29	30	1	2
3	4 体操	5 レクリエーション	6	7 レクリエーション	8 健康体操A	9
10	11 交通安全教室	12 交通安全教室	13	14 交通安全教室	15	16
17	18 レクリエーション	19 自力整体	20	21 健康体操A	22 健康体操B	23
24	25 音楽教室	26 音楽教室	27	28 音楽教室	29	30
31	11/1	2	3	4	5	6

時間/10:00~11:00 対象/65歳以上の方 ■は休館日
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
- 自力整体 稲田 清美 先生
- 体操 小森 亜希子 先生
- 音楽教室 畠山 悦子 先生
- 交通安全教室 黒部警察署

※新型コロナウイルス感染予防のため、事前にお申込みください。
申込み先/(0765)65-1820 徳光

くろべ 黒部市福祉センター
TEL.(0765)54-1082

2021 10 | 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
26	27	28	29	30	1 ヒートショックについて	2
3	4	5 健康体操A	6 自力整体	7 健康体操A	8 健康体操A	9
10	11	12 自力整体	13 ヒートショックについて	14	15 体操	16
17	18	19 ヒートショックについて	20 健康体操A	21 脳トレ	22 健康体操B	23
24	25	26 健康体操B	27 健康体操B	28 ヒートショックについて	29 自力整体	30
31	11/1	2	3	4	5	6

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

- 健康体操A 樋口 瞬 先生
- 健康体操B 炭田 亮子 先生
- 自力整体 稲田 清美 先生
- 脳トレ くろべ脳トレクラブ
- ヒートショックについて うなづき薬局
- 体操 小森 亜希子 先生
- 脊掛 真彦 先生

読んで効く
健康
ミニコラム

おうち時間
健康を維持するために
気をつける3つのポイント

- 食事** (栄養・口腔)
 - ・栄養バランスのよい食事を3食しっかり噛んで食べましょう。
 - ・食事のあとは歯磨きをしてお口の中を健康に保ちましょう。
- 運動**
 - ・ウォーキングやストレッチ、ラジオ体操などを行いましょう。
 - ・体を動かす際は、こまめに水分と塩分・スポーツドリンクなどを補給しましょう。
- 社会参加**
 - ・直接会えなくても、家族や友人と電話で話しましょう。
 - ・手紙やメールなどもおすすめです。



今月の表紙

結婚して50年以上。あっという間に時は流れて、いろんな苦勞もあったけど嬉しいことも楽しいこともたくさんあった。さわやかな風が吹く青空の下、今日もまた幸せを感じながら並んで歩く。

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



ちよこつ情報 [黒部市の人口] 40,690人 [65歳以上の人口] 12,883人 高齢化率 31.7% R3.8.31 現在



紙面いっぱいに情報が詰まったニコニコタウン

黒部の情報紙を作ろう

三田市大町商店街で店を営む中島さん、辻さん、浦田さん、宮木さん。「僕たちが30代の頃は、東京でイベント情報を載せた雑誌があった、そういう情報誌が非常に便利な時代でした。それで、商店街の若手組織でも黒部版の情報紙を作れないかという話になったんです。『ニコニコタウン』という名前は僕の思いつき。ちょっとふざけた、でも情報紙らしいやわらかい名前のタウン紙にしたい」と中島さんは話します。中島さんは新聞記者のタマゴだったこともあり、その時の経験を活かして、できるだけたくさんさんの情報を載せるようにしています。「ニコニコタウンは両面印刷の新聞折り込みチラシ。その構成は昔から変わっていません。初めの頃

黒部のイベント情報を伝えて41年。タウン紙「ニコニコタウン」は、三田市大町商店街など黒部市内の36事業所の協力により、毎月1日に発行されています。その編集を行っているのが、中島憲一（なかしまけんいち）さん（72歳）、辻公一郎（つじこういちろう）さん（70歳）、浦田隆夫（うらたただかお）さん（66歳）、宮木正子（みやきまさこ）さん（73歳）です。1980年6月の創刊号以来、一度も欠かすことなく発行し続けている4名のタウン紙作りへの思いを紹介します。

特集 41年の歩み 特別から日常へ



は空欄が多かった裏面右側のカレンダーも今では載せきれないほどの情報をいただきます。また、持ち込みで教えてくださった情報の中でも特に頑張っておられると感じた方を『今月の顔』のコーナーで詳しく取り上げるようにしています」と中島さん。

編集部役割を分担している4名。編集は中島さんが行い、辻さんが写真撮影と写真の選定を担当します。毎月3店舗ずつ掲載する協力店の広告を調整するのは浦田さん。宮木さんは会計担当で、製作費の管理と企業や店舗への協力を依頼します。

歴史を感じるタウン紙

創刊準備号は手作りしました。「昔はみんな取材に駆けずり回っていました。『ゴミ収集車はいったいどこに行くんだろう?』というテーマで、中島さんが実際にゴミ収集車に乗せてもらって、僕が後ろから車で追いかけて写真を撮ったこともありました。あの頃は若かったですね」と笑いながら話す辻さん。

この40年間で通信技術の進化も体感しました。「最初はタイプ印刷だったのが、最近パソコンでできますからね。昔は写真の現像も1日かかり。次の日まで何もできないこともありました。できあがった写真をハサミで切つての



浦田 隆夫さん



辻 公一郎さん



中島 憲一さん



宮木 正子さん

30代から変わらないメンバー

実は黒部で、 こんな事 やっています!

Vol.15

本の素晴らしさを伝えたい

黒部市立図書館で活動する絵本の読み聞かせボランティア「すまいる☺スマイル」の皆さん。手遊びやわらべ歌も取り入れながら絵本を楽しみます。毎月第2土曜日の英語での読み聞かせもおすすめです。また、学童保育や子育てイベントなどにも出向いています。

子どもたちに読んであげたいと思う作品を一人ひとりが選び、「絵本は心の栄養、大人になっても本に親しんでもらいたい」という思いで活動しています。

子どもたちが目を輝かせて真剣に聞いてくれる姿を見るとやりがいを感じます。親子でも一般の方でも読み聞かせを楽しみに来てくださったら嬉しいです。



今回は英語で読み聞かせ



読み聞かせボランティア すまいる☺スマイル

読み聞かせ：毎週土曜日10時～(約20～30分)

場所 黒部市立図書館

自主研修会：月1回(講師の指導のもと、発声練習や早口言葉、絵本を読んだ意見交換など)

場所 主に勤労青少年ホーム

問合せ先：黒部市立図書館 TEL.(0765)54-2311

活動レポート | 8月2日(月)黒部市福祉センター

工夫を凝らしてオリジナルの募金箱を作りました

赤い羽根共同募金 募金箱をつくろう教室を開催しました

8月2日(月)に黒部市内の小学生を対象とした募金箱をつくろう教室を開催しました。募金箱づくりを通じて、募金のしくみを学ぶとともに、じぶんのまちをよくする一員として福祉活動への参加を促すことを目的としています。

当日は、共同募金の歴史や使いみちについてクイズ形式で学び、助成金で活動している団体から事業内容についてお話を聞きました。募金箱づくりでは、赤い羽根やシール、折り紙や紙粘土などの材料を使い、各々が工夫を凝らして世界でひとつの募金箱を完成させました。



絵の具で色付け



カッターを使った作業



過去号を見て当時は思い出す皆さん

り付けして、時間がかかっていましたね。それが今ではきれいに撮れてメールで送れるから目を見張りますね」と辻さん。

「一番大事なのは、商店街や市内の企業など36事業所が協力してくださることです。私たちの活動にご理解をいただき、いろいろな方が応援してくださいました。協力店数を維持できるのもみなさんのおかげですね」と宮木さんは話します。

メニューを見て動いてもらう

「新聞にもイベントのことは出るけど、記事が出る時にはもう終わって参加できないわけです。新聞が、『こういうことがありました』って出来事を伝えるアフターサービスだとしたら、ニコニコタウンはビフォーサービス。『これからこういうことがありますよ』ってお知らせする、月の初めの黒部の情報メニューです。僕たちの一番の目的は、このメニューを見て皆さんに体験してもらうこと。地域の活性化ってそこに住んでいる人が動くことだと思おうので。だから市民の皆さんの行動を促すものになればいいと思って発行しています」と中島さん。

仕事の合間にタウン紙づくりをしている皆さん。これまでのニコニコタウンを見ると三日市商店街の移り変わりもわかります。そして、『三日市大町商店街をよろしくお願いします』という気持ちを大切にしています。「私たちは自営業なので休みはあまりありません。だから早起きしたり仕事終わりに原稿を書いたりしています。2、3年もやればいいかなって軽い気持ちでスタートしたので、こんなに長く続くとは夢にも思っていまませんでした。みんなに助けられてここまで来れました」と中島さん。

41年間で商店街は大きく変化しました。しかし、街並みが変わっても変わらないのは、

人々の協力し合う気持ち。「納涼楽市」や『やってみっか市』といったイベントで商店街の人たちがつながっていて、昔から仲が良いのは変わらないと思います」と浦田さん。「商店の数は減ってもイベントをすれば大勢の人たちが集まるのを見ると、何かすればお客さんは来てくれる。ちょっとでもいろんなことができれば良いですね」と宮木さんは話します。

特別から日常へ

タウン紙作りも普段の暮らしも今までと変わらずにやっていきたいと話す4名。「行けるところまでできればいい。創刊100号の時は展示会をして特別感があつたけど、そのうちタウン紙作りが日常になりました」と話す中島さん。

生活の一部として取り組んできたからこそ今まで続けてこられた皆さん。その根底には商店街の歩みと住民同士のつながりを大切にしている気持ちがありました。一人ひとりの小さな積み重ねが人々を元気づけ、地域を明るくすることにつながるのではないのでしょうか。今回の取材を通じて、特別でなくても普段の暮らしの充実が日々の幸せにつながると思えることができました。

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。

催し物と休館日のご案内

10月

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、10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(4日・11日・18日・25日)

11月

新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、11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(1日・8日・15日・22日・29日)
祝日の翌日のため4日・24日は休館日です。

ポールウォーキング

金曜日(8日・22日)

※開催場所は石田交流プラザとなります。
住所:黒部市岡165-1(現地集合)

今月のクラブ

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、10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

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

荻生福寿会連絡協議会 様

JAくろべカトレアホールやすらぎ 様

港屋茂義 様



食品配布会 ご協力のお礼

8月29日(日)の食品配布会では、黒部市地区ボランティア部会協議会の皆様をはじめ、多くの方々からたくさんの野菜やお米などをいただきました。ご協力ありがとうございました。

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
10月12日(火) 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)
10月19日(火) 13:30~15:30 / 予約受付10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)
10月11日(月) 10:00~11:30 / 予約受付10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. お仕事について教えてください。

ご利用の際には、サービスを受ける方もサービスを提供する方も会員となっております。サービスを提供する方はご自身の特技や職業を活かしてスタッフとして働いていただき、依頼内容に応じてスタッフを派遣します。

介護のお手伝い、家事援助、庭木の手入れ、出張美容など幅広いサービスを提供しており、若い方からご高齢の方までどなたでもご利用いただけます。

ご自宅に何うとご本人のありのままの姿を見ることができて毎回映画を見ているようです。昔のことを話してくださったり、ちょっとしたことでますます喜んでくださったり、毎日が本当に楽しいです。

スマイル ワーカー



目澤幸代さん
(めざわ さちよ)

ココロネット
会員制出張介護派遣
社会福祉士・介護支援専門員



好きな曲
竹内まりや「The end of the world」

写真レポート



高校生介護等体験特別授業

8月11日(水) / 富山県立桜井高等学校

生活環境科1学年の生徒が福祉に関するワードの調べ学習を行い、ミニ講座では手話について学びました。今後も福祉について学びつつ、地域課題の解決策を探っていきます。

お知らせ

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、総合支援資金特例貸付の新規・再貸付の受付期間を11月末まで延長いたします。

期間 令和3年11月30日(火)まで

受付時間 9:00~17:00(月~金曜日※祝日除く)

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