那加二東部 福祉だより

第 20 号
平成15年8月1日発行
編集・発行
各務原市社会福祉協議会
那加二東部支部

明るく楽しい人生を送るまちづくり

那加二東部支部長
中村日出

毎年徐々に地球温度が上昇して暑苦しい日々が続きますが、皆様方にはご健勝にてお過ごしの事と拝察致します。

平素は社会福祉協議会の事業にご指導とご協力を賜り誠に有難うございます。

「温もりと安らぎのある福祉のまちづくり」を基本に、ふれあい・いきいきサロン、福祉座談会、健康体操、お年寄りを囲む会、親子ふれあいの会、介護講習及び高齢者慰問などの支部社協の行事を進めてまいります。

那加二小校区のお年寄りに楽しく過ごして頂くには適度な運動と年齢にあった仕事が必要だと言われています。自分でできる事は自分でする意志を持って、明るい毎日を過ごすように心がけて、健康で長生きできる生活時間を持つことが大切です。

地域ごとに一人暮しの方や、老齢者夫婦の方々に言葉をかけあい、少しでも多くの輪が広がるよう、社協の一助になれば有難いと思います。よろしくご協力をお願い致します。

会員募集にご協力を

●八月は社会福祉協議会の会員募集月間です

八月一日より、自治会を通じて社会福祉協議会の会員募集をおこないます。

みなさまより集められた会費の40％が地域に還元され、那加二東部支部では、左記の活動を計画しております。

会費は一般会員が五百円以上、特別会員が千円以上となっております。できるだけ社会福祉協議会の趣旨ならびに活動をご理解いただき、格別なご協力をお願い申しあげます。

特別会員	1,000円以上
一般会員	500円以上

平成15年度社会福祉協議会那加二東部支部 年間活動計画

年月	日	活動内容
15年4月	24	支部会計監査
	25	支部理事会
	30	社協支部長・推進員合同会議に出席
	＊	門前２・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
5月	14	支部役員総会
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
6月	10	支部役員研修会(岐阜県健康体操協会理事長　福島史子先生)
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
7月	1	福祉だより第20号編集委員会
	25	会費趣旨説明会
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
8月	1	福祉だより第20号発行(住吉町・織田町・信長町・信長町3・東新町)
		親子ふれあいの会(映画会　楠町集会施設)(青少年育成市民会議共催)
	1~31日	社協会員募集推進月間
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
9月	7	市福祉フェスティバルに参加
	＊	高齢者慰問共催(贈り物に子供が書いたメッセージを添えて)
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
	25	理事会
10月	4	各務原市社会福祉大会に参加
	5	市民体育大会共催
	30	岐阜県社会福祉大会に参加
	31	お年寄りを囲む会
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
		共同募金・歳末たすけあい月間(10~12月)
11月	26	歳末福祉座談会
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
12月	上旬	地域介護講習会
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
16年1月	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
2月		福祉だより第21号編集委員会
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施
3月		支部理事会
		支部役員総会
	31	福祉だより第21号発行(門2・3・4)
	＊	門前2・桜2・桜3・大東町・信長町いきいきサロン実施

一生活体力をつけよう一に参加して

青少年育成推進指導員　澤田方元

社協東部支部主催の健康講習会が六月十日総福で開かれました。講師は、岐阜県体操協会理事長である福島史子先生。かつて東京オリンピックの体操競技の選手候補として活躍され、翌年の岐阜国体では県の選手として、優勝に貢献された方です。

先生のユーモア溢れた巧みな話術と、六十歳を越えた方とは思えない軽い身のこなしに、参加者は一様に講習会の中に引き込まれていきました。テーマが「生活体力をつけよう」というだけあって、日常生活の一寸した動きの中にも私達の衰えかけた筋肉を少しでも回復し、それを維持する方法はいくらでもあることを強く思い知らされました。

「筋肉は縮む動きしかない。自発的に伸びることはない。つまり動かさないと筋肉は萎縮する」の話を聞かされ、思わず体のあちこちを動かしてみました。背中に「しわ」を作ればその部位は縮み、反対側の胸側は伸びるわけです。腕を曲げれば内側は縮み、外側は伸びるのです。これが筋肉の収縮運動なのです。一番納得できたのは、立って足の指を丸めるようにして前進すると、それが腰の筋肉と連動して体前屈が驚くほど高められることを実感したことでした。

どれも理に適った話と、身の動きに只々感心するばかりでした。人間誰もが加齢するのです。今からでも遅くはありません。「生活体力」をつけて少しでも快適な人生を送ろうではありませんか。先生の益々のご活躍を祈る気持ちで講習会を終りました。

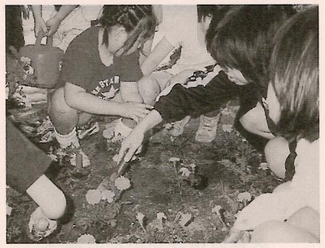
私の住む町から

今回は織田町・信長町・信長町三丁目・住吉町自治会から紹介します。

思いやる心のつながり

織田町　坪井　直子

かわいい花がたくさん咲くようにと子供会の花壇を手入れしていると、子供達が寄ってきて水やりをしてくれます。ところが、50メートル以上も離れた水道でいれたジョーロの水は、花壇につく頃には半分になり、服も濡れてしまいます。そんな様子を知った自治会の方々が、ホースや不用になったドラム缶等でステキな貯水器を作って下さいました。子供達にとって地域のおじさんおばさん達が、腕を奮って作製された貯水器は、下方に蛇口までついた頼もしい物でした。ドラム缶に水を貯めるには大人の手がいりますが、子供達は服を濡らすことなく、また、珍しいためか楽しく水やりができるようになりました。みんなのおかげで、昨年は、夏の暑さにも負けず、かわいい花が秋まで咲き続けました。



私達親は、花を思う子供の心、地域の子供の成長を願う大人の心を思い、子供達に接していきたいと思います。

今後も、かわいい花、思いやりの花を咲かせるために子供達がやってきて、楽しく水やりする姿を、ドラム缶貯水器は、じっと見守り続けてくれることでしょう。

笑って歩いて体力作り

織田町　佐々木春美

町内の親睦と体力作りにと、自治会からグランドゴルフの道具を揃えて頂きました。

春は桜、秋は紅葉と四季折々に変わる公園で、毎週日曜日の八時半からスティックを振っていますが、参加者が少なく残念です。

東部連合会のグランドゴルフ大会に参加した人達ですが、いざ始めてみるとなかなか思う所にボールが飛ばず、難しさを皆実感しています。

芝が悪いとか土が乾いているとか理由をつけながら、でも誰かにホールインワンが出ると、「ヤッター」とガッツポーズ。続いてと狙っても飛ばけたり、思わぬ方にゴールを通ったり、思わぬ方に飛ぶボールに遊ばれていますが、たまに距離の長い二打目が入った時は「その調子」と、声を掛けあいコースを回っている時も笑い声が絶えません。何もかも忘れられる一時で適当な疲労感も心地よく、体力作りに最適なスポーツだと思います。

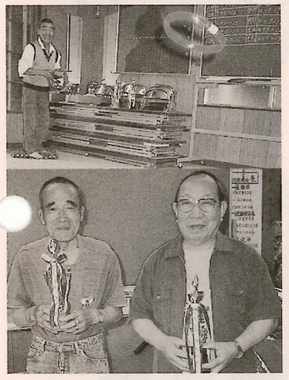
町内の皆様も一度体験して楽しさを知り、一人でも多く参加して下さるようみんなでお待ちしております。

信長いきいきサロン

信長町　匿名

「回覧板ですヨ」とお隣りのおばさんのお元気な声、「ありがとうございます」と私は待ちきれず、玄関に出ました。今日もいいお天気のようです。

毎月のなかばに来る回覧板はたのしくて待ち遠しいの！いきいきサロンの案内が来るからです。おや？今月の会場は市民公園休憩所（茶室）と書いてあります。あの「あずまや」のことかしら？あんな立派な場所が借りれたのかなあ……　私は何んだか信じられない様な、うれしいような……当日は少し遠いので車で送り迎えをして下さいました。



新しい畳の香りがして夢のようです。毎月の様にサイコロ投げ、輪投げ、ビンゴゲーム。それに、今日は昼食もいただけ、みんな高級旅館へ来たようなルンルン気分でした。幹事さんのお話では「年に二回はここをお借りしたい、皆さんどうでしょうか？」とのことでした。すばらしいのひと言につきます。サロンに参加して良かったと思っています。

春祭りのみこしつり

信長一・二子供会　日江井京子

子供達が、みこしに付ける花を色紙で折りながら、楽しそうに言います。「今年もこの季節になったね。」子供みこしは、子供達が作った花と絵で飾られ、それを担いで大人みこしと一緒に、自分達の町内を練り歩きます。

今年は桜が丁度見頃で、満開の桜の下、はっぴを着た子供と大人が連なり「ワッショイ、ワッショイ」「声が小さい。もっと大きく」「ワッショイ!!ワッショイ!!」途中休憩が入るものの、担ぎながら大きな声を出して、長い道のりを歩くのは大人でも大変です。小さな子供達も大人に励まされながら頑張ります。

「お疲れ様。」いろんな人達に声をかけられ、最後まで歩いた子供達には、お菓子が手渡されます。子供達は、お菓子を貰った嬉しさと、一時間半もみこしを担いだ充実感に笑顔をみせ、大人達も心地良い疲労感と子供達の笑顔に満足そうです。春とともにやって来る祭りみこしは、みんなにとって季節を感じる良い行事となっています。

私のひとり暮し

信長町三丁目　嶋瀬　美喜

私は平成七年に夫を亡し、以来ひとりで暮しています。子供二人は他郷に住んでいるため、実生活では、友人や近隣の人々に支えられて日常を過ごしています。

市からも、福祉関係の方の折にふれての訪問や、緊急の場合の福祉電話の設置など、独居老人に対しての心配りがあって心強い思いです。

地域の中学校のボランティアグループの生徒たちからも、草取りや掃除などお手伝いしましょうか、と声がかかります。しかし、私は現在何とか自分でできるので、私の関わっているボランティア活動の話を聞いてもらっています。

私は、中国東北部（旧満州）の貧しい学生への奨学金支援と、二度と悲惨な戦争を起こさないよう、語りつぐ活動に加わっています。私たちの年代だからこそ、伝えて行く義務があると思うからです。

私はおかげで大病をせずに来ましたが、年に数回は[illegible]むことがあります。苦しいとき、福祉電話を、と思うこともありますが、親切な隣人や近くの医師に頼り、切り抜けています。

しかし常に小さな青い灯が点っている福祉電話は、市政や近隣の人たちの思いやりと重なって、私の心のより所ともなっております。

わが町住吉町

住吉町　左高恵美子

私達の町には、百歳を越える最高齢の方をはじめ、元気なお年寄りの皆さんが暮しています。自治会会長、老人会、近隣ケア、民生委員がひとつになり「サツキ会」を結成しています。

サツキ会では、月例会、誕生会を行っています。ゲーム、歌や踊り、手芸、血圧測定など内容もバラエティに富み、皆さん和気あいあいとそのひとときを過ごされます。なかでも一番の楽しみは、近隣ケアの方が腕をふるって前日より準備する昼食です。春には筍ごはん、夏にはちらし寿し、秋にはきのこごはんや銀杏など、ひと手間もふた手間もかけて作る、四季折々のごちそうです。参加者の方からも「とてもおいしい」と大変喜んでいただいています。

また奉仕作業として住吉公園の草取り、花壇造り、落葉かきなど清掃を行っています。

美しい公園を眺めながら、皆さんの健康を確認しあい、手作りの温かい昼食をいただく来月のサツキ会が楽しみです。（最高齢の方は、先日、亡くなられました。心からご冥福をお祈りします。）

平成15年度各務原市社会福祉協議会那加二東部支部 事業予算

収入の部　（単位：円）

	科目	前年度予算額	本年度予算額
1	交付金	358,000	348,000
2	メニュー事業助成金	480,000	411,000
	① 親子ふれあいの会	16,000	16,000
	② お年寄りを囲む会	81,000	70,000
	③ 支部だより発行	147,000	140,000
	④ 会費趣旨説明会	5,000	5,000
	⑤ ふれあいいきいきサロン	231,000	180,000
3	歳末たすけあい事業助成金	120,000	130,000
4	その他の助成金	350,000	350,000
5	繰越金	195,295	178,158
6	雑収入	30	10
	合計	1,503,325	1,417,168

支出の部　（単位：円）

	科目	前年度予算額	本年度予算額
1	事務費	3,000	2,000
2	通信運搬費	3,000	2,000
3	印刷製本費	0	4,000
4	会議費	18,000	18,000
	① 理事会	5,000	5,000
	② 総会	10,000	10,000
	③ 役員会	3,000	3,000
5	共通実施事業費	400,000	405,000
	① 福祉教育事業費	30,000	30,000
	② 友愛訪問事業	350,000	350,000
	③ 支部育成事業	20,000	25,000
6	メニュー事業費	531,000	484,000
	① 親子ふれあいの会	40,000	45,000
	② お年寄りを囲む会	96,000	104,000
	③ 支部だより発行	147,000	140,000
	④ 会員募集事業	5,000	5,000
	⑤ ふれあいいきいきサロン	231,000	180,000
	⑥ 地域介護講習会	12,000	10,000
7	歳末たすけあい事業費	121,000	140,000
8	その他の事業費	257,000	237,000
	① 市民運動会	230,000	210,000
	② 青少年育成	10,000	10,000
	③ 老人クラブ	17,000	17,000
9	予備費	170,325	125,168
	合計	1,503,325	1,417,168