

社協 鵜一支部だより

第 15 号

2001年(平成13年)9月1日

発行
社協鵜沼第一支部
編集
社協鵜一支部編集委員会

新世紀に

夢・希望を拓して

支部長 大栗清氏

輝かしい二十一世紀、新しい時代を迎え、年頭に想いを馳せたことは、この二十一世紀こそ人類は真の平和と、住みよい国、住みよい地域社会で有って欲しいと想いを馳せた次第です。この願いは万人の共通した願いでもあります。私たち自治会活動のなかで社会福祉協議会の活動は、それぞれの地域に住んで居られる高齢者、独居老人、寝たきりの方の皆さんに、安心して暮らせる生活へのお手伝い、心の支えと成ってあげることです。

また次の時代を担ってくれる青少年の皆さんが心身共に健康に育っていただけるよう市民総参加の奉仕活動団体です。

森市長さんは、新しい街作りの計画の中で言って居られます。二十一世紀は、共生の時代だと、地球環境と人間、国と国、人と人、人と物、共

に調和を計りながら共に生きてゆく途の事であろうか、もっと深い意味がある様な気がします。

私たち身近な所では、家庭の中でのおじいちゃん、おばあちゃん、お父さん、お母さん、そして子供達、こうした人間関係の中で、良く話し合い、助け合い、励まし理解をしあう、そんな思いやりの心で、ともに生き生きと希望をもって生きてゆく、その心の和、人の輪を隣近所へ地域社会へ広げてゆく、一人一人の強い自覚の中で、地域の皆さんで力をあわせる、これが私たち社会福祉協議会の活動です。

今後社会福祉協議会の活動を運営して行くにあたり、何も解らない私ですが、幸いにも支部役員、福祉推進員の方々のご指導とご協力はもとより、校区の皆様方のご理解と更なるご支援をお願いいたします。

大栗支部長は、「だれもが心豊かに暮らせる、元気で活気にあふれた福祉のまちづくりをめざし活動していく」とあいさつ。

五月十三日鵜沼福祉センターにおいて、鵜沼中学校石田義美校長をはじめ、鵜沼第一小学校森進一教頭、市社会福祉協議会岩塚文夫事務局長、高見知恵主任を来賓に迎え平成十三年度の通常総会が開催された。

総会は加藤推進員の司会のもと、勝野副支部長が開会のことばを述べたあと、木野鵜沼第一自治会連合会長、大栗支部長が挨拶に立った。



挨拶する大栗支部長

平成十三年度 役員・事業計画・予算が決まる

支部長に大栗氏

社会福祉協議会鵜沼第一連合支部では、四月二十四日小伊木公民館で理事会を開き、支部長に大栗清氏小伊木区長を、副支部長には木野明夫西町区長と勝野清司南町区長を選出、任期は一年間。

大栗支部長は、「だれもが心豊かに暮らせる、元気で活気にあふれた福祉のまちづくりをめざし活動していく」とあいさつ。

- 第一号議案 平成十三年度事業計画(案)
- 第二号議案 平成十三年度予算(案)
- 第三号議案 その他

議長は第一号議案から逐次上程し、各議案の採決は総て満場一致で承認された。

最後に林丸子町区長が閉会の言葉を述べて、総会をすべて終了した。

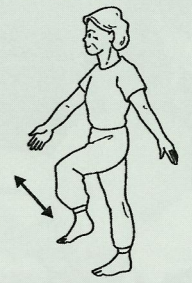
転倒予防体操の活用を

生活機能低下による転倒事故が原因で、寝たきりになる高齢者が、非常に多い。
こうした事故を未然に防ぐため「転ばぬ先の杖」に転倒予防体操をはじめましょう。

キャン CAN体操99

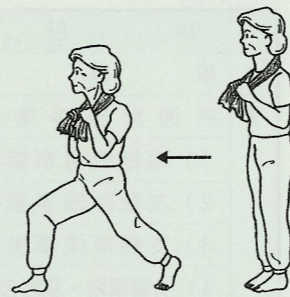
安村誠司、芳賀 博、植木章三 ほか：平成11年度厚生科学研究補助金長寿科学総合研究「在宅高齢者に対する保健・看護・介護プログラム開発とその評価に関する研究(代表：金川克子)」より改変引用

① その場で前進



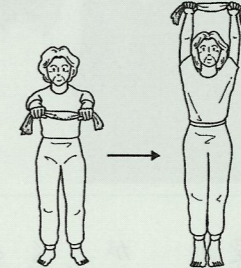
その場で8回足踏みします。それから続けてもう8回足踏みします。腕を大きく振り膝を水平近くまで上げるようにしましょう。

② 大また開いて(タオル)



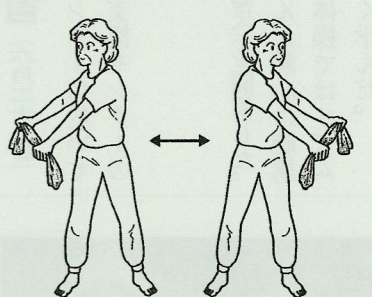
タオルを首にかけて両手でしっかり持ち、左右交互に足を前方に8回踏み出します。

③ 背伸びして背伸びして(タオル)



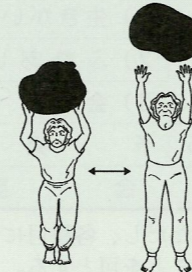
両手でタオルを持って、天井を突き上げるようにつま先立ちになりましょう。4つ数えたらタオルをおろして踵を床につけてください。これを3回繰り返します。

④ からだひねり(タオル)



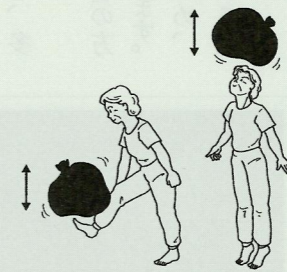
タオルを両手で持ってからだを8回ひねります。

⑤ 両足曲げ伸ばし(大きめのポリ袋)



軽いしゃがみこみ動作をしながら大きめのポリ袋を両手で上に8回つきます。

⑥ 全部使ってリフティング(大きめのポリ袋)



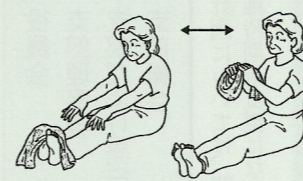
大きめのポリ袋を足や膝、肩、頭などを使って8回つきます。

⑦ 太ももリフティング(大きめのポリ袋)



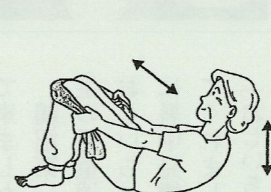
大きめのポリ袋を左右交互に太ももで蹴り、両手でゴミ袋をキャッチします。これを8回繰り返します。

⑧ 足で挟んで手をつかむ(タオル)



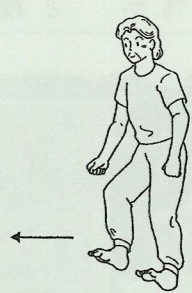
床に足を投げ出して座り、身体を前にゆっくり曲げてタオルを足先に運び、足先に挟んだら元に戻ります。再び身体を前にゆっくり曲げて足先に挟んだタオルをつかみ取り、元に戻ります。この動作を8回繰り返します。つらい場合は少し膝を曲げて行って下さい。

⑨ からだ起こし(タオル)



膝に手を添えて(あるいはタオルを膝にかけて持って)、顎をひいた状態で軽くからだを起こします。背中や肩が床から離れたら元に戻ります。この動作を8回繰り返します。

⑩ 踵歩き



つま先を上げて踵だけで歩きます。8歩歩いたら休めます。これを3回繰り返しましょう。



友愛訪問 (六月)

日々寝たきりの不自由な生活を送っているお年寄りが、現在、鵜一校区内に二十七名おられます。

こうした方々を少しでもお慰めるため、民生児童委員、近隣ケアアグループの協力を得て、ささやかな慰問品とともに、友愛訪問を実施しました。

平成13年度 鵜沼第一連合支部収支予算

収入の部 単位：円

科 目	予算額	備 考
1 交 付 金	400,000	支部交付金
2 メニュー事業助成金	291,000	
1) 支部だより発行	200,000	機関紙発行助成金
2) 囲 む 会	65,000	参加者助成金
3) 親子ふれあい映画会	16,000	フィルム借上料助成金
4) 福祉座談会助成金	10,000	福祉座談会助成金
3 繰 越 金	160,960	
4 雑 収 入	40	預金利子等
合 計	852,000	

支出の部 単位：円

科 目	予算額	備 考
1 事 務 費	20,000	通信費、消耗品
2 共通実施事業費	160,000	
1) 福祉教育事業費	35,000	高齢者暑中見舞い、年賀状ハガキ代
2) 友愛訪問事業費	100,000	寝たきり、独り暮らし老人友愛訪問
3) 支部育成事業費	20,000	役員会、理事会、総会
4) 介護講習・座談会費	10,000	介護講習会、福祉座談会
3 メニュー事業費	430,000	
1) 親子ふれあい映画会	30,000	福祉映画会
2) ふれあい事業	200,000	高齢者独り暮らし老人を囲む会
3) 支部だより	200,000	支部だより発行
4 その他事業費	140,000	
1) 生きがいづくり	50,000	校区市民運動会(協賛)
2) ふれあい事業	60,000	三世代ふれあい広場(各区)
3) 会議費等	30,000	
5 予 備 費	97,000	
合 計	867,000	

※ただし、各科目に予算の不足が生じた時は、他の科目からの流用することを可とする。

平成13年度 鵜沼第一連合支部役員名簿

役 職	氏 名	地区での役職	役 職	氏 名	地区での役職
顧問	石田 義美	鵜沼中学校長	評議員	阿部 春夫	古市場町第1自治会長
"	浅野 邦彦	鵜沼第一小学校長	"	林 桂三	古市場町川東自治会長
支部長	大栗 清氏	小伊木町自治会長(区長)	"	鷺見 鎮一	鵜一小校区補導委員代表
副支部長	木野 明夫	西町東自治会長(区長)	"	北村 三千春	羽場町第1民生・児童委員
"	勝野 清司	南町4丁目自治会長(区長)	"	清水 嘉三	西町東民生・児童委員
推進委員	御園生 昭子	古市場町川東民生・児童委員	"	坂井 光子	西町西民生・児童委員
"	加藤 昭浩	小伊木町民生・児童委員	"	大島 宏子	南町1・2民生・児童委員
理 事	秋本 久夫	羽場町第3自治会長(区長)	"	勝野 博子	南町3・4民生・児童委員
"	阿部 宗男	古市場町第1自治会長(区長)	"	堀尾 富美子	南町5・6民生・児童委員
"	林 謙三	丸子町東自治会長(区長)	"	阿部 義弘	古市場町1・2民生・児童委員
"	河村 幸博	南町7丁目自治会長	"	石田 節	丸子町民生・児童委員
"	勝野 ます子	南町6・7民生・児童委員	"	石田 千晴	鵜中校区主任児童委員
"	吉田 久枝	羽場町第3民生・児童委員	"	今西 幹男	鵜沼中学校PTA代表
"	石黒 精彦	鵜中校区補導委員代表	"	阿部 和彦	鵜一小学校PTA代表
"	山田 郁雄	青少年育成市民会議代表	"	土屋 雅子	羽場町第2近隣ケア代表
"	酒井 啓子	鵜一小子供育成会代表	"	林 美子	羽場町第3近隣ケア代表
"	浅野 義春	鵜一校区体育振興会代表	"	大矢 敬子	西町東近隣ケア代表
"	榎田 光義	鵜一校区老人会代表	"	會津 恵子	西町西・南近隣ケア代表
監 事	武藤 鋭一	西町西自治会長	"	河村 せつ子	南町ほほえみ1丁目近隣ケア代表
"	大竹 次彦	丸子町西自治会長	"	江見 陽子	南町ほほえみ2丁目近隣ケア代表
評議員	浅野 善行	羽場町第1自治会長	"	大竹 くみ子	南町ほほえみ3丁目近隣ケア代表
"	土屋 義彦	羽場町第2自治会長	"	松原 秋子	南町ほほえみ4丁目近隣ケア代表
"	井上 喜久治	西町南自治会長	"	渡辺 恵子	南町ほほえみ5丁目近隣ケア代表
"	河村 信夫	南町1丁目自治会長	"	西村 典子	南町ほほえみ6丁目北近隣ケア代表
"	楯 延博	南町2丁目自治会長	"	河村 善子	南町ほほえみ6丁目南近隣ケア代表
"	安江 祐宜	南町3丁目自治会長	"	大竹 保代	南町ほほえみ7丁目近隣ケア代表
"	渡辺 将人	南町5丁目自治会長	"	山田 京子	小伊木町かやの木会近隣ケア代表
"	河村 勇	南町6丁目南自治会長	"	実藤 寿美子	丸子友とびや近隣ケア代表
"	西村 敏治	南町6丁目北自治会長			

鵜一連合支部の活動状況

介護講習 (六月二十九日)



鵜沼福祉センターに於いて在宅介護支援センターの役割

① 転倒予防

② テーマに講習会を開催した。多数の皆さんが熱心に聴講し、転倒予防体操ではリズムにあわせ楽しく学んだ。

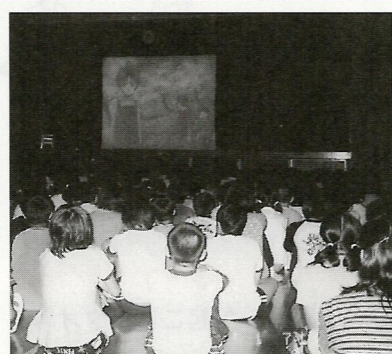
友愛訪問 (七月)

近年、核家族化が進み、ひとり暮らしのお年寄りを、多く見受けられます。

当校区内でも七十一名の方が一人で生活をされています。これらの方を励ますため、近隣ケアアグループによる友愛訪問を行いました。



ふれあい映画会 (七月十三日)



今年度は、鵜沼第一小学校の協力を得て、授業の一環として映画会を開催した。

「ハッピーバースデー 命がやく瞬間」を全生徒で観賞。病弱少女との心暖まる交流、そして死、いじめ、これに立ち向かう勇氣に全員感動。

暑中見舞 (七月)

今年も、また暑い夏がやって来ました。

鵜沼第一小学校の五、六年生の児童達が、八十歳以上のおじいちゃん、おばあちゃんに暑中見舞いのハガキを書いてくれました。

「おじいちゃん、おばあちゃん、暑い日が続きますがお体に気をつけておすごしください。」



平成13年度 鵜沼第一連合支部年間事業計画

月	(13年) 4月	5月	6月	7月	8月	9月	10月	11月	12月	(14年) 1月	2月	3月	
事業内容	役員会 支部理事会	支部総会 高齢者、寝たきり、独り暮らし老人の名簿作成	友愛訪問(寝たきり) 介護講習会 高齢者暑中見舞い、はがき作成	友愛訪問(独り暮らし) 三世代クロックゴルフ大会(協賛) 親子ふれあい映画会 支部だより編集会議	役員会 社協会員募集 支部だより発行	福祉座談会 校区市民運動会(協賛)	友愛訪問(寝たきり) 支部理事会 高齢者、独り暮らし老人を囲む会	役員会 三世代ふれあい事業(各地区)	高齢者年賀状作成 三世代ふれあい事業(各地区)	役員会 支部理事会 友愛訪問(独り暮らし)	支部だより編集会議 友愛訪問(寝たきり)	役員会 支部理事会 支部だより発行 支部総会	

※本事業計画については、関係団体との調整によっては実施時期が変更になる場合があります。