

ふれあいネットワーク



そでがうら

# 福祉だより

編集・発行  
 社会福祉法人  
**袖ヶ浦市社会福祉協議会**  
 〒299-0256千葉県袖ヶ浦市飯富1604  
 袖ヶ浦市社会福祉センター内(袖ヶ浦公園前)  
 TEL0438-63-3888 FAX0438-63-0825  
<http://www.sodegaura-shakyo.jp>

VOL. 85



昨年度、平岡地区で行われた永地子ども会によるよさこいソーラン踊りの様子

「ご長寿のお祝いとして、市内5地区で敬老会を開催します。各地区社会福祉協議会による歌や踊り、お楽しみ抽選会など、皆さまに楽しんでいただけるよう盛り沢山のプログラムでお待ちいたしております。

また、金婚祝い(結婚50周年)の記念品の贈呈も行います。ぜひ近所お誘いあわせのうえ、ご来場ください。

## 敬老会を

## 開催します

「お年寄り」は地域の宝物「ご長寿をお祝いしましょう」

### 敬老会マメ情報 敬老の日について

そもそも敬老の日とは、農閑期の気候の良い9月中旬の15日を「としよりの日」と定め敬老会を開くようになったのが始まりです。1954年には「年寄りの日」として国民の祝日として制定され、全国で祝うようになりました。

その後、「としより」という表現は良くないということで、1964年に「老人の日」と改名され、1966年に祝日法改正により、「建国記念の日」「体育の日」と共に「敬老の日」として制定されました。

また、2001年の祝日法改正(ハッピーマンデー制度の適用)で「体育の日」「成人の日」と同様に移動祝日となり2003年から9月の第3月曜日を「敬老の日」の祝日とするようになりました。

なお、「敬老の日」を第3月曜日に移すにあたり、2001年に老人福祉法の改正により9月15日を「老人の日」、同日より1週間を老人週間としました。

「敬老の日」をめぐる経緯は様々ですが、祝日法では「敬老の日」の趣旨を「多年にわたり社会につくしてきた老人を敬愛し、長寿を祝う」としています。

つまり、長い間、社会の為に生きてきた高齢者を敬い、長寿を祝うとともに、高齢者の福祉について関心を深め、高齢者の生活の向上を図ろうという気持ちがこめられています。

~そのようなことから、袖ヶ浦市でも敬老会を開催する訳ですね~

- 対象：70歳以上の方(市内在住)
- 主催：各地区社会福祉協議会
- 問合せ先：袖ヶ浦市社会福祉協議会 ☎63-3888

#### 昭和地区 対象者数：1,674名

会場：袖ヶ浦市民会館 時間：12時30分から  
 内容：日本舞踊・カラオケなど

#### 長浦地区 対象者数：2,468名

会場：長浦公民館 時間：午後1時から  
 内容：日本舞踊・カラオケなど

#### 根形地区 対象者数：828名

会場：老人福祉会館 時間：午後1時から  
 内容：民謡・日本舞踊など

#### 平岡地区 対象者数：1,309名

会場：平岡公民館 時間：午後1時から  
 内容：若山かずさショーなど

#### 中川・富岡地区 対象者数：1,112名

会場：富岡分館 時間：午後1時から  
 内容：若山かずさショーなど

今年度 市内の  
 70歳以上の方は  
 7,391名  
 (8月11日現在)



**9月15日**  
 (月・祝)

### 赤い羽根共同募金

10月1日~12月31日  
 地域の福祉、みんなで参加

今年も10月1日から赤い羽根共同募金が始まります。ご寄付いただいた募金の一部は、市内の障がい者のためのイベントや敬老会、福祉団体等の助成にあてられます。

~皆様のご協力をお願いします~



7月4日(金)東京湾カントリークラブ(蔵波)にて、第2回目となるチャリティーゴルフ大会が盛大に開催されました。この事業は、イベントを通じ福祉への理解をもとめ、もって福祉の輪を広げることを趣旨に開催されました。

朝方は天気もぐずつきみであったものの8時にプレースタート! 昼ごろには天気も回復し、腕自慢のゴルフアール150人による白熱したプレーが行われました。

大会では、チャリティーホール(OBやパシオンカーに入れた場合などにチャリティー金としてご寄付いただきました)などの競技内容で行われましたが、参加者の中には82歳の最高齢の方もおり大会を盛り上げてくれました。

夕方には表彰式が行われ、実行委員長よりチャリティーや参加費の一部から375,790円を社会福祉協議会にご寄付いただきました。

この貴重な浄財は様々な福祉事業に役立たせていただきます。

ご協力いただきありがとうございました。ご協力ありがとうございました。



目録贈呈の様子

### 第2回袖ヶ浦市福祉チャリティーゴルフ大会

# 介護予防事業

## 社協事業の紹介 ~高齢者福祉編~

# シニア元気塾

### いつまでも 元気ハツラツ 健康宣言! を紹介しま

..... 袖ヶ浦市社会福祉協議会では、市の委託を受けて介護予防事業を行っています。.....

### 介護予防事業各プログラム参加までの流れ

#### 市・地域包括支援センター

65歳以上の高齢者

生活機能が低下している方を把握  
(生活機能評価の結果等を利用)

介護予防事業参加者を決定

介護予防ケアプランを作成

#### <対象者>

65歳以上の高齢者で要介護認定を受けてはいないが、身体機能の低下等の理由によって何らかの介護予防が必要になっている方です。

- ・ 介護予防が必要かどうかの判定については生活機能評価の結果(チェックリストと医師の判定)に基づき袖ヶ浦市が対象者を決定します。
- ・ 事業参加が決定した方については、地域包括支援センターの保健師等が、介護予防ケアプランを作成し、シニア元気塾に参加してもらいます。

介護予防ケアプランを作成後は下記の介護予防事業の各プログラムに参加できます。

#### 社会福祉協議会

介護予防事業の各プログラムを実施

### 通所型 公民館等で実施します(送迎有)

#### 1.運動コース (運動器の機能向上)

運動指導員が中心となって身体状況等をチェック後、心身機能の機能向上のために、ストレッチ、関節可動域運動、筋力トレーニングなどを行います。

コースメニュー  
期間3ヶ月  
週1回開催で  
全4回

#### 2.食事コース (栄養改善)

管理栄養士が中心となって個別の栄養相談や講義、実習を行います。

コースメニュー  
期間6ヶ月  
月1~2回開催で  
全8回

#### 3.お口しっかりコース (口腔機能の向上)

歯科衛生士が中心となって、口腔機能向上のため、口腔清掃の方法、摂食・嚥下機能に関する講義、実習などを行います。

コースメニュー  
期間3ヶ月  
月1回開催で  
全4回

### 訪問型 保健師が自宅に訪問して相談等を行います

#### 閉じこもり・認知症 うつ予防支援

- ・ 各事業への参加を呼びかけるとともに、対象者の家族への情報提供を行います。
- ・ 通所型プログラムへの参加等を促し、認知症を予防します。
- ・ 個別健康相談を行うとともに、医療機関への受診を薦めたり、医療機関との連携を図ります。

コースメニュー期間6ヶ月  
月1回訪問で6回訪問

※利用料金:無料 ただし、食事コースについては、試食等の材料費として、約200円/1回が必要になります。

この頃には、参加者全員がお友達になり、会場内も笑い声と掛け声が絶えない楽しい時間を過ごしています。

また、この3ヶ月間の評価として、体の形態測定や体力測定を最初に行ったものを再度行い、その結果を基にカウンセリングを行い、今後の体力・運動機能に関して必要なことを話し合います。

最初の一月目は導入期として、参加者のお体の状況を把握することから始まります。主に姿勢のバランス、歩行能力、柔軟性などをお調べします。そして座位、イス上で軽めのストレッチなどを行います。二月目は維持期として、様々な運動メニューを行います。例えば少し動きのあるストレッチとして、肩関節、股関節、脊椎の関節を動かしたり、体のバランス能力向上及び筋力トレーニングとして、下肢、体幹を中心とした腹筋、スクワットなどを行います。そして、いよいよ三月目の発展期として、総合的にいろいろな体操を組み合わせたトレーニングなどを行います。



マット上でストレッチしています

各コースで最も参加者が多いのが運動コースです。運動コースのスタッフは全体的な運営を行う保健師が1名、参加者のいろいろな運動のお手伝いをする運動指導員が4名、補助指導員が4名の計9名で長浦公民館、根形公民館、老人福祉会館、平川公民館を会場に行っています。時間は1回2時間程度です。期間は1コース14回でおよそ3ヶ月かかります。



握力を測定しています

#### 各コースの紹介 運動コース

いつでもおいしいご飯を食べるためには、口腔ケアをきちんと行うことが大切です。お口しっかりコースのスタッフは保健師1名と歯科衛生士3名が参加者の口腔ケアについてお手伝いしています。会場は根形公民館、平川公民館で行います。時間は1回2時間程度です。期間は1コース4回で3ヶ月かけて参加者の口腔内を観察し現状の把握、口腔清掃(はみがき)の実習、義歯の着脱と手入れ、健口体操、嚥下・誤嚥の講話などを行い、口腔機能向上の重要性を理解してもらうようになっていきます。また、口腔ケアにより誤嚥性肺炎や口腔疾病の予防につながります。本人の健康増進のためにもとても大切なことなんです。

#### お口しっかりコース

健康な体づくりには食事からといわれるように、高齢者にとって食事(栄養)のもつ意味合いはとて大きいものがあります。食事コースのスタッフは栄養士2名が参加者の食事(栄養)面についてお手伝いしています。会場は根形公民館、平川公民館の調理実習室などで行います。時間は1回2時間程度です。期間は1コース8回でおおよそ6ヶ月かけて、参加者の嚥下(のみこむこと)機能について観察するところから始まり、食品や栄養の知識、咀嚼(かむこと)、献立の立て方、実際に自分で立てた献立の調理実習、骨粗しょう症の予防など楽しみながら行っています。



調理実習の様子

#### 食事コース

いろいろなトレーニングの内容を見て、スクワットやるの?と驚かれた方もいるかと思いますが、あくまでもここに書かれたことは一部の内容であり、その日に行う内容は、参加者のその時のお体の状況に合わせたことを行っています。興味のある方は、一度見学にお越しください。

# シニア元気塾

# ～家から外に出て、皆で楽しく過ごしましょう!～

**「いきいきサロンおたがいさま」(老人福祉会館)**  
**「いきいきサロンこすもす」(平岡公民館)**  
 の参加者を募集しています。

袖ヶ浦市社会福祉協議会では「シニア元気塾」と併せて「袖ヶ浦市生きがい活動支援通所事業(いきいきサロン)」も市からの委託事業として行っております。

この事業はお一人暮らしの高齢者の生きがい対策として、孤立感の解消、自立の助長、要介護状態の進行予防を目的としております。



<対象者>  
 介護保険法の要支援・要介護認定を受けていなく、おおむね65歳以上のお一人暮らしの方です。

<会場>  
 ・袖ヶ浦市老人福祉会館 大広間 ・平岡公民館 視聴覚室

<内容>  
 体を動かしたり、レクリエーションをしたり、お茶をしたり、のんびり楽しく過ごします。

<利用料金>  
 ・基本料：200円 ・送迎料：100円(片道)  
 ・茶菓代：100円  
 \*送迎車がご自宅の近所まで伺います。

申込先・問い合わせ  
 市高齢者支援課 62-2111(代表) 社会福祉協議会 63-3888

## 新任民生委員・児童委員紹介

8月1日付けで厚生労働大臣から委嘱を受け、次の地区で活動いたします。  
 迎村・渋田・白根・上久保田地区



小野幸子の

## 自閉症ってなーに?⑤

今回は息子の純平(現在12才)が小学校に入学する前のことをお話しします。

前号でお話ししました、好奇心旺盛・超多動のお陰で(?)たくさんのお話を学んだ結果、年長さんの1年間は純平の大きな成長を感じ、純平のことを周囲の皆さんに発信する第1歩となりました。

保育所では、純平が通っている親子教室の専門家の先生を保育所に招いて、発達の様子、集団での純平の様子を見ていただきました。「この1年純平君に、気持ちを表す言葉を毎日の生活の中でたくさん育てましょう」とアドバイスいただいたそうです。自閉症の子供達は、感情表現の言葉は言えても、概念が分からない(使い方が適当でない)のです。上手な感情表現を教える為に

<お散歩に出かけた時>

お花を見ては・・・「わあ～きれいなお花!!」  
 お花に鼻を近づけて・・・「あ～いいにおい!!」など毎日毎日丁寧に関わっていただきました。私も真似て頑張りました。となく、表現の少ない、感情表現を使いこなせない子供達ですが、お陰で言葉も心も少しずつ豊かになり、気持ちも伝えられてきました。

そうしたことから、言葉は押し付けないでね。担任以外の先生方も、送迎の私を見かけては「今日、純ちゃん〇〇出来たんですよ」「〇〇先生」って言うてくれました(涙)等、子どもの成長を本当に皆さんで喜んでくださり、駄目親とレッテルを貼られがちな発達障害児の母に、沢山の自信とパワーを下さいました。

こんな素敵な先生方がお手本で、それを見ている子どもたちの関わりがあったからこそ、純平の大きな成長があったと思います。

小学校入学を、地域の小学校に選択しました。入学前に保護者の皆さんに純平の障がいのことをお話する機会を保育所で設けていただきました。皆さんが理解して下さり、地域のスーパーで会った時も温かく声をかけてくれるようになりました。「具体的に話してくれて、何をしたら良いか分かって良かったですよ。家で子どもに純ちゃんのことを話したの」等言っていただき、このことを通して、周囲の人達に伝える大切さを感じました。

この頃、自閉症協会に入会しました。自閉症の特性を専門家から学び、これまで純平が混乱したりパニックになった原因が「先の見通しが利かない」「感覚過敏」等からだ、と、少しずつ見えてきました。(次回へつづく)

## きあがり シニア元気いっぱい! 永地シニアクラブ

会長 小幡 好昭

定例会に元気に集まる顔々。普段、何かと忙しく過ごしているからでしょうか。この憩いの場を待ち遠しく思っているようです。

永地シニアクラブの活動は、永地公民館の垣根の刈込み掃除と、文殊菩薩堂境内の清掃を年2回行っています。スポーツでは、ゲートボールをやっていますが、少人数のためにチームが作れず、他の地区の方と一緒にチームを組んでいる状況です。少し前までは、常勝チームで公民館には、優勝の賞状がいくつも並んでいます。グランドゴルフをやりたいという声もあり、新たな活動として実現させたいと思います。

今年は4名の会員が加わりました。新しいメンバーで今後も楽しみながら頑張って活動していきたいです。



会員による社会奉仕活動の様子

入会ご希望の方、シニアクラブの活動に興味のある方はお問合せください。

入会申込・問合せ 袖ヶ浦市シニアクラブ連合会事務局  
 老人福祉会館 ☎63-0824

## 第8回 袖ヶ浦市シニアクラブ連合会 芸能発表会

カラオケや踊り、ダンスなど日頃の練習の成果を発表します。ぜひおいでください。



神納1区シニアクラブの練習風景



昨年度の発表会の様子

日時 10月6日(月) 9:45~15:30  
 場所 袖ヶ浦市市民会館 大ホール

入場無料

# 平成20年度 手話講習会(初級編) 開催される

この講習会は、手話に関する初歩的な知識と技能を習得することにより、聴覚障害者の福祉増進のため、7月30日から9月3日までの全10回コースで行われました。

講師は千葉県聴覚障害者協会から派遣される講師と手話通訳者による講義2回(「手話を学ぶにあたり」「聾者の生活」と実技講習8回で行われました。

参加者は市内在住の6歳から76歳の方までの16名が受講されました。始めは手話で数や色、あいさつなどを学び、終りの頃には短い会話を手話で行えるようになりました。

なかなか単語を覚えるのは大変そうでしたが、根気よく繰り返し練習を重ねていきました。

また、実技講習では相手に分かりやすく自分の手話を伝えることが求められます。忘れた手話を思い出すのは大変ですが、参加者全員が顔見知りになるほど、皆で教え合いながら、講習時間も和気藹々と楽しく学習されていたようです。

手話を学ぶことにより、地域にお住まいの聴覚に障がいのある方とのコミュニケーションが少しでもとれるようになります。



講義の様子



実際に手話してみよう!

今年、夏はかなり暑かったです。今年、夏はかなり暑かったです。今年、夏はかなり暑かったです。

# 発達障がいボランティア養成講座 開催されました

ボランティアセンターでは、発達障がい児・者を支援するボランティア活動に関するボランティア養成講座を開催しました。3日目は、療育相談から見たこと、ボランティアへのゆせアジとして市原市発達支援センターの請井征力氏、千葉県社会福祉事業団福祉サポーターちばの佐伯千丈氏より貴重な経験からの講話とご意見をいただきました。



美氏、小野幸子氏より日常生活のことや親の立場から様々なご提言をいただきました。3日目は、療育相談から見たこと、ボランティアへのゆせアジとして市原市発達支援センターの請井征力氏、千葉県社会福祉事業団福祉サポーターちばの佐伯千丈氏より貴重な経験からの講話とご意見をいただきました。

## 大人のためのボランティア養成講座が 開催されています

下記の公開講座はすべての講座に参加できなくても(ひとつのみでも)理解できる内容となっております。どうぞご参加ください。

参加方法 お電話の上でご参加ください。  
☎63-3888(代表) 63-3988(直通)  
ボランティアセンターまで

10月2日(木) 午後1時30分 ~3時30分	「精神保健福祉ボランティアさんへのメッセージ」 講師：当事者の方
11月6日(木) 午後1時30分 ~3時30分	手話体験「目で見ることとは?」 ~聴覚障がいについて学ぼう~ 講師：花澤 彌(袖ヶ浦市聴覚障害者協会会長)
12月4日(木) 午後1時30分 ~3時30分	認知症サポーター養成講座 ~認知症について学ぼう!~ 講師：進藤文子(袖ヶ浦ふれあい)
1月8日(木) 午後1時30分 ~3時30分	講義、手引きの練習 ~視覚障がいについて学ぼう~ 講師：大木富士男(袖ヶ浦市視覚障害者福祉協会)
2月5日(木) 午後1時30分 ~3時30分	「ほっとな話をしましょう!」 ~縁側でおしゃべりを~ 講師：伊藤英樹(縁側よいしょ)

会場：全て袖ヶ浦市社会福祉センター会議室を予定しています。(住所 袖ヶ浦市飯富1604)

## たくさんのご寄附を ありがとうございました

みなさまの善意を大切に、  
福祉事業に役立たせていただきます。  
期間 平成20年6月~7月(順不同)

企業・団体・氏名(敬称略)	金額(円)
大間 那智子	100,000
袖ヶ浦公園管理組合	33,000
小泉 義弥	1,000,000
袖ヶ浦市福祉チャリティーゴルフ大会実行委員会	375,790
匿名	50,000
袖ヶ浦市民謡舞踊連盟	200,000

## 編集後記

今夜はちょうど中秋の名月です。秋の夜長、月見ができるといいですね。ちなみに下の句は芭蕉がいにしえの今夜、芭蕉庵にて月見の会を催したときの句です。また、この「池」も、かの「蛙飛びこむ」古池で芭蕉庵にあったものだそうです。(Y)

<今日の俳句 From 松尾芭蕉>  
名月や池をめぐりて夜もすがら

## 掲示板

### 介護予防事業 栄養士募集

高齢者を対象に栄養改善のための個別栄養指導や調理実習の補助を行う介護予防事業の栄養士を募集します。  
職種：介護予防事業臨時職員  
職務内容：介護予防事業における栄養改善に関する集団指導及び個別指導  
就労場所：根形公民館(下新田1277) 平川公民館(横田115-1)  
時間：8時30分から17時30分の間の3時間程度  
賃金：1,000円/時 \*規定により交通費の支給有り  
条件：自力通勤のできる方  
申込方法：平日8:30~17:00  
電話にてご連絡下さい。後日面接日をお知らせします。  
社会福祉協議会 ☎(63)3888

### 第四次千葉県障害者 計画策定(内房地域) タラシミーティング

日時：平成20年10月18日(土)  
13時30分~16時30分  
場所：木更津駅前ホール(JR木更津駅西口駅前・アクア木更津B館3階)  
定員：180名(先着順)  
参加費：無料  
その他：手話通訳あり  
主催者：内房地域タウンミーティング実行委員会  
共催者：千葉県申込み・問い合わせ：内房地域タウンミーティング実行委員会 木更津市富士見1-2-1アクア木更津8階 君津ふくしネット内 ☎0438(25)1151 FAX 0438(25)1153

### 平成20年度第2回 「福祉のしごと就職 フェア・inちば」

千葉県福祉人材センターでは、福祉施設等に就職を希望する方を対象に、「福祉のしごと就職フェア・inちば」を開催します。  
内容は、求人のある社会福祉施設・事業所との個人面談や福祉職の専門家による相談会を行い福祉人材の確保と就労をサポートします。  
日時：平成20年9月27日(土) 13時から16時  
会場：幕張メッセ国際会議場(千葉県美浜区中瀬2-1) \* JR京葉線海浜幕張駅から徒歩5分  
参加方法：参加費無料 当日会場へお越しください  
問い合わせ：千葉県福祉人材センター ☎043(248)1294 http://www.chibakenshakyō.com/

### 非常勤ヘルパー募集

資格：ヘルパー2級以上、市内在住、普通自動車運転免許  
給与：時給 1,100円  
勤務条件：●月~日曜の間で2日以上 ●8:00~18:00の間  
●介護保険・自立支援法等、市内利用者宅へ訪問  
●1日1件~5件程度 ●当事業所就業規則を遵守の事  
待遇：●交通費(当事業所規定内)支給  
●各種手当(短時間、土日祝日、年末年始、研修、会議等)  
●有給休暇(6ヶ月以降支給)  
●賠償責任・災害補償保険加入  
申込方法：平日8:30~17:00  
電話にてご連絡下さい。後日面接日をお知らせします。  
社会福祉協議会 ☎(60)7333：ヘルパーステーション  
※内部研修や同行訪問も充実しています。さらなる資格取得を目指す方をお待ちしています。

### NPO法人 ほびあー泊旅行

今年は、ほびあ創立5周年を記念して、ディズニーランドへ出かけます。楽しい思い出作り、皆さんも参加しませんか。  
実施日：平成20年11月13日(木)~14日(金) \*雨天決行  
実施先：東京ディズニーランド→成田山(泊)→お台場船の科学館  
条件：療育手帳をお持ちの方とそのご家族(ほびあを利用されたことがない方が参加を希望される場合、安全のため原則付き添いをお願いします)  
締切日：9月30日(火)  
申込み・問い合わせ：ふれあ ☎(60)8656 担当 池田・福原

### 赤い羽根共同募金運動 街頭募金ボランティア募集

赤い羽根共同募金運動の啓発を目的に街頭募金を行います。ご協力していただける方を募集します。  
街頭募金実施日：平成20年10月1日(水)  
内容：街頭募金運動の協力(チラシ及び赤い羽根の配布等)  
締切日：平成20年9月25日(木)  
問い合わせ：社会福祉協議会 ☎(63)3888

場所	時間	募集人数
袖ヶ浦駅	7:00~8:30	5
袖ヶ浦駅	16:20~17:30	5
長浦駅	7:00~8:30	5
長浦駅	16:20~17:30	5
横田駅	7:20~7:50	3
東横田駅	7:20~7:50	3
ゆりの里	11:30~12:30	5

### 東京都千葉福祉園 園まつり

日時：平成20年10月12日(日)  
午前10時~午後2時(小雨決行)  
場所：東京都千葉福祉園(袖ヶ浦市代宿8) 総合訓練センター前周辺  
催し物：生産品販売、フリーマーケット、クラブ発表、太鼓、沖縄民謡、模擬店など  
その他：駐車場については担当の指示に従ってください。  
問い合わせ：東京都千葉福祉園 生活第1課 活動援助係 白浜 ☎(62)6497

### 放課後児童クラブ 指導員募集

保護者が就労等のため放課後ひとりになってしまう児童をお預かりする事業の指導員を募集しております。  
職種：放課後児童クラブ指導員  
就労内容：小学校1年生~3年生の児童の保育  
就労場所：袖ヶ浦市三ツつ1306(旧JA根形支店) 袖ヶ浦市横田2211-1(旧JA中川支店)  
時間：8時00分から19時00分の間の8時間以内  
●通常は放課後(15時頃)~19時です。  
賃金：850円/時  
●規定により交通費の支給有り  
条件：自力通勤のできる方  
問い合わせ：社会福祉協議会 ☎(63)3888