



社 協 報



令和4年12月16日

No. 88

ふれあいネットワーク

社会福祉法人  
南木曾町社会福祉協議会  
木曾郡南木曾町田立143-1  
TEL 0573-75-5516

## 第32回 南木曾町社会福祉大会

皆様のご協力により盛大に開催できました。  
ありがとうございました。



古川光弘会長挨拶



ユーモアを交えながら  
身振り手振りで講演される  
鎌田 實 先生

# 第32回 南木曽町社会福祉大会

11月20日(日)、南木曽町社会体育館において「第32回南木曽町社会福祉大会」を開催しました。この社会福祉大会は、当初、令和2年度に計画しましたが、コロナ禍により2回延期となり、今回ようやく実施の運びとなったものです。

当日は、社会福祉事業に尽力された皆様への表彰式と、諏訪中央病院名誉院長で「がんばらない」などの著書や、多くのテレビ出演で知られる鎌田實先生の講演会が行われました。

当日、会場へ足を運んでいただいた皆様や、協賛・協力団体の皆様には大変お世話になりました。

なお、表彰を受けられましたのは次の方々です。(敬称略・順不同)

## ○社会福祉事業功績表彰

|      |        |      |
|------|--------|------|
| 森 洋司 | 小幡 紀子  | 森 博樹 |
| 今井千春 | 下 櫻 榮一 | 松原勝彦 |

## ○社会福祉事業功労表彰

|       |       |      |
|-------|-------|------|
| 黒木久美子 | 中島 豊子 | 原 幸子 |
| 林 孝子  | 志水厚之  |      |

## ○社会福祉事業善行表彰

森 のぶ子



表彰式の様子

## 記念講演

## 地域で命を支える ～健康・生きがい・支え合いが大切～

講師：諏訪中央病院名誉院長 鎌田 實 先生



数多くの医療・健康に関する著書や、テレビ出演で知られる鎌田實先生に記念講演をいただきました。

コロナ禍で行動が制限される中で、寝たきりや認知症を予防するため、質の高い食事や、筋肉を鍛えることによって、慢性炎症を防ぎ、社会との関わりを継続することが大切であることをユーモアを交え、壇上のスペースを動き回って強調されていました。

また、チェルノブイリ原発事故で、今なお苦しむウクライナの方々の支援活動についても紹介されました。

## フードドライブへのご協力ありがとうございました。

11月20日(日)、南木曽町社会福祉大会に合わせて、フードドライブを開催しました。

当日は多くの方より、お米や缶詰め、インスタント食品など多くのご寄付をいただきました。ご寄付いただいた食品は、まいさば木曽を通じて木曽郡内の支援を必要とする方々へ届けられます。

皆さまの温かいご支援に感謝申し上げます。ありがとうございました。

## 社協会費へのご協力と 赤い羽根共同募金運動のお礼

南木曾町社会福祉協議会  
南木曾町共同募金委員会

### 1 社協会費について

社協一般会費につきましては、皆様に大変お世話になり、厚くお礼申し上げます。

11月22日現在の状況は、一般会費が、会員数1,396人で、会費1,396,000円を納入していただきました。

また、特別会費と賛助会費につきましても、合わせて425,000円のご協力をいただいております。

ご協力いただいた会費は、いきいき地域福祉支援事業(敬老会、サロン活動助成)、心配ごと相談、認知症家族の会、広報活動事業などに充てさせていただきます。

### 2 赤い羽根共同募金運動について

南木曾町共同募金委員会では、10月1日から3月31日までの間、赤い羽根共同募金運動を展開しています。各区長さんを通じてお願いしている戸別募金、企業・個人事業主様からの募金等で皆様のご協力をいただいています。

今年度の目標額は1,500,000円で、11月22日現在での募金額は707,890円となっています。

共同募金はいったん中央募金会へ集約されますが、各市町村募金額の約75%が各市町村の福祉事業に活用されるよう翌年度配分されますので、会費と同様に地域福祉各事業へ充てさせていただきます。



# 南木曽

事業所別の行事等の活動について、ご紹介します。

## 南木曽デイサービスセンター

### 防災訓練を行いました。

木曽消防署南分署の署員の方をお招きし、実際に火災が発生したときにとるべき行動や、初期消火のポイント等の説明を頂き、屋内にて利用者の皆さんと一緒にエア消火器を使用した「消火訓練」を行いました。

普段から消火器の存在を目にしていなくても、いざという時、手に取り冷静に正しく使用できるか、消火器の正しい使い方、初期消火のポイントを学ぶ事ができ改めて日ごろの訓練の大切さを実感しました。



## 宅老所 喜楽庵

防災訓練を行いました。➡

落ち着いて安全に外へ避難できました。いつどこで起きるか分からない災害に普段から備えておくことが大切です。



◀ヘリコプターに感激！

工事用ヘリコプターを見学させていただき、間近でヘリコプターを見て一番興奮したのは職員でした。(笑)

「こんなに近くで見たの初めて～！」と利用者さん。



↑天気が良く紅葉も見事でした！



↑南木曽町民展に参加しました。

一生懸命作った作品が並んでいると、嬉しいですね！

南木曽の皆さん、喜楽庵はこんな楽しいこととしていますよ！

# 福祉だより

## 居宅介護支援事業所 ～家族介護継続支援事業～

「在宅介護者の集い」を、在宅で要介護1以上の方を介護しているご家族を対象に、

○10月20日(木)・・・妻籠町並み交流センター

○10月25日(火)・・・田立社会教育施設

○11月2日(水)・・・三留野分館

上記の3会場で開催しました。

“草花をいじるのが何よりも好き”と、長年趣味の園芸を楽しんでいる町内在住の末松昭代氏を講師に迎えて、「身近な植物でつくるやさしい寄せ植え講座」を行いました。

参加者は「苔の見方が変わった。」「家の周りに生えている雑草も使える。」「土いじりできて、とても楽しかった。」「家で器を植え替えてみる。」等、感想を聞かせてくれました。

日頃の家庭での介護を続けられる中、少し離れ息抜きして気分転換して頂けたようでした。



土・・・ケト土・赤玉土・培養土



植物・・・初雪カズラ 龍ノヒゲ ユキノシタ  
南天 葉ボタン 苔

## ヘルパーステーション

10月18日(火)、新ヘルパー車の納車式を行い、早速町内を走りまわっています。

元気いっぱいヘルパーですが、運転は慎重です。交通ルールを守り、安全運転で利用者様宅を訪問させていただきます。



## ひだまり工房

### 親子福祉体験 ～アルミ缶プレス機体験～

新型コロナウイルスの影響で中学生の夏休み親子福祉体験の施設訪問は中止となり、タオルの寄付をしていただきました。

10月27日(木)の参観日に合わせ、ひだまり工房の元気づくり支援金に係る親子福祉体験として、アルミ缶プレス体験・実演を行いました。

校長先生をはじめ、保護者や生徒の皆さんに協力していただき、プレスした空き缶は、生徒会へ寄付させていただきました。



## 運転者講習会

9月26日(月)、地域でボランティア送迎者として活動していただける方、ご家族等を送迎する際に役に立つ知識を学ぶための機会として、運転者講習会を南木曾会館で開催しました。

Zoomを使用したオンラインで開催し、運転に必要な知識と心構えや、リスクの備えと対応などを学びました。



## 担い手研修会

10月から12月にかけて、「なぎそ・おたすけ隊」の担い手研修会を開催しました。

各会ごとに講師をお招きし、福祉やボランティア等について学びました。参加者からは、楽しく学べて良い経験になったという感想を聞くことが出来ました。希望していただいた方には、協力会員の登録をしていただく予定です。



## 介護予防サポーター研修会

(地域巡回リハビリテーション)

10月から11月にかけて、五分館で町主催の「地域巡回リハビリテーション」と共催で開催しました。

本曾病院リハビリテーション技術科の先生に講師をしていただき、前半はフレイル予防のための身体ほぐしや握力測定、後半は認知症予防のための脳トレや運動を行いました。参加者からは、「適度な運動で楽しかった、これなら家でも出来そうだわ」という声を聞くことが出来ました。他に予定していた二分館は、コロナウイルス感染状況により、残念ながら中止となりました。



◀握力測定中  
～思ったより良  
力があってわ  
かったわ～！



新型コロナウイルスの影響でお休みしていたサロンが感染対策をとりながら、少しずつ再開しているのでご紹介します。

いきいき  
サロンの  
様子

皆さんの笑顔に会える機会が増えて嬉しいです♪

今後も楽しいサロンの様子を紹介していけたらと思います。

### 駅前サロン

新聞エコバック作り



出張講師に教えていただきました！

### 和合北サロン

折り紙で柿とポインセチア作り



### サロン楽楽

ボールピンゴゲーム中！  
～案外難しいのよ～



### 元組サロン

参加者さん手作りの漢字クイズで盛り上がりしました。



## 認知症講演会 フレンドリー講座

10月23日(日)、南木曾会館で、認知症講演会として、朝日新聞社が提供するプログラム「認知症フレンドリー講座」を開催しました。

講座は、認定講師による講義や本人インタビュー動画の視聴、VRを使って認知症の人の見えている世界を疑似体験していただきました。参加者の皆さんからは、「認知症の方の生活を自分事として身近に感じることができ、貴重な時間だった」「今後の介護に活かせる勇気をもらえた気がする」「寄り添って共に歩む地域づくりができたらいいなあ」などの感想を聞くことができました。



## 認知症サポーター養成講座

11月2日(水)に南木曾小学校三年生29名、11月9日(水)に南木曾中学校一年生46名を対象に開催しました。

生徒の皆さんは真剣に話を聞き、講義後も積極的に質問が出されました。受講された皆さんにはサポーターの証として小学生にはオレンジ

リングとサポーターカードを、中学生にはピンバッジとサポーターカードをお渡ししました。



## 高齢者疑似体験

11月7日(月)に、南木曾中学校一年生の人権学習の一環として、高齢者疑似体験、車椅子体験が行われました。

足や腕におもりをつけ、視野を狭くするメガネをつけた状態で階段昇降、ペットボトルのキャップを開ける体験、車椅子での段差や坂道を体験しました。生徒さん達からは、「車いすを急に押したり、上げられると怖かった」「装具をつけたら、動きにくくて不自由だった」という感想がありました。



↑いつもはペットボトル簡単に開けられるのにな～



## 認知症総合事業 ほっとカフェ

寒くなり、コタツの番をしたい時期ですが、ほっとカフェでは、温かい飲み物を用意してお待ちしています。

ぜひ、お問い合わせしてお気軽にお越しください。



- 花馬……毎月第1金曜日
  - 桃介……毎月第3水曜日
  - あづま……毎月第4水曜日
- 10時から11時まで

## ボランティア活動事業 ボランティアカフェ

## ◆◆◆ 折り紙講座 ◆◆◆

11月25日(金)、南木曾会館で、小倉美砂子さん、清水満智子さん、角野千津子さんに講師を務めていただき、折り紙講座を開催しました。

参加者からは、「折り紙はもちろん、いろんな方とのおしゃべりが出来て楽しい時間を過ごせた」「楽しかったので、サロンでもPRしていきたい」などの感想を聞くことができました。完成した作品の一部は寄付していただいたので、配食サービスのお弁当に付けさせていただきます。

- 次回は3月2日(木)に開催予定！
- お気軽にお越しください。



## ／なぎそ・おたすけ隊／ 雪かき隊を募集します。

なぎそ・おたすけ隊とは、住民同士の助け合いの活動です。

『雪かき隊』として12月～3月の間、活動していただける方を募集します。活動場所は利用会員として登録をしていただいている方の玄関から公道までの通路と生活に必要な範囲になります。



＊＊お申込み・お問い合わせ＊＊

南木曽町社会福祉協議会

TEL 0573-75-5516 ※※75-5516

FAX 0573-75-5521

介護者の集いの  
作品



南木曽町民展作品



あたたかなご厚志 あらがうございます

令和4年7月～令和4年11月受付分

(敬称略・受付順)

寄付金

松川 利子 芝 和芳

寄贈品

池田美根子 北原 港  
岩田哲美 原田哲夫  
原 正男 ホテル富貴の森  
塩澤重信 藤原薫代  
退職公務員連盟 木曽支部女性部  
南木曽中学校二年生親子  
(親子福祉体験)

カイロプラクティック &  
ビューティサロン

縁(ゆあん)

松原道文 松原 修

ボランティアカフェ

株式会社 木曽自動車販売



社協施設休業の報告

コロナウイルス感染症の影響により、デイサービスは8月20日(土)～22日(月)、ひだまり工房を9月21日(水)と、11月21日(月)～23日(水)まで休業し、皆様には多大なご迷惑とご心配をお掛けしましたことを心からお詫び申し上げます。

今後とも職員一同、万全を期してまいりたいと存じますので、ご理解ご協力のほどよろしくお願いいたします。

編集

後記

立冬を過ぎ暦の上では冬となりましたが、お天気の良い日が続いたこともあってか、今年の紅葉は例年に比べ綺麗だったのではないかと、個人的に感じたそんな秋でした。

さて、去る11月20日(日)、

コロナ禍の中、三年振りに開催いたしました「南木曽町社会福祉大会」。あいにくの空模様でありましたが、お陰様で大勢の皆様にご来場いただき、大盛況のうちに幕を閉じる事が出来ました。開催にあたりご協力頂いた皆様に、この場をお借りしてお礼を申し上げます。ありがとうございます。



会の中では、記念講演として、諏訪中央病院名誉院長である鎌田實先生をお招きし「地域で命を支えるー健康・生きがい・支え合いが大切ー」と題し、長野県が、いかにして健康寿命県となったのか、又、その取り組みについて次世代への継承が必要な時期になっているという現状等を時折ユーモアを交えながら、講演頂きました。

健康維持・増進のために必要で積み重ねる事が大切だと、鎌田先生が繰り返しお話しされていたキーワード「野菜を摂る」「運動をする」どちらも簡単なことのように思えてでもなかなか継続することが難しい。

日頃から、コソコソと物事に取り組むという事が苦手な私は、まずは野菜ジュースを摂るという事を食生活に取り入れてみようかと思いを巡らしながら帰路につきました。

『健康万歳』

南木曽デイサービスセンター S