

KoGA

社協だより

2019.07

Vol.186

なっ号

古賀市社会福祉協議会がお届けする季刊誌



巻頭特集

～誰もが安心して暮らしていけるまちづくり～

社協会員制度

子育てサロン

親子が安心して過ごせる場所です。あそびをとおしてお子さんの成長を見守りながら親御さん同士の交流もできます。多世代交流が広がりつつある福祉会。身近な公民館を中心とした“つどいの場”に参加してみませんか？新たな出会いがあるかもしれません。

社協会員制度

～誰もが安心して暮らしていけるまちづくり～



今年度より『社協会員証』ができました！
 会員様にご利用いただける
 特典も増えました。
 実際に会費がどのような活動に
 使われているのか、
 どんな魅力があるのかをご紹介します！

Q

社協会員ってなあに？

A

地域福祉活動をすすめていくための基盤づくりを、資金の面から支援していただくものです。

「住み慣れた地域で、家族や友人とともに暮らしたい・・・」これは多くの人々の共通の願いです。こうした願いを叶えるためには、地域で互いに支え合うことが必要です。つまり、地域の中では住民一人ひとりが福祉の担い手であり、そしてまた、受け手でもあります。

古賀市社会福祉協議会では、誰もが安心して暮らしていけるまちづくりをめざし、福祉活動に積極的に取り組んでいます。その活動は、賛同していただいた個人や団体の皆様からの会費により支えられています。

ご協力いただいた会費は、全て地域福祉推進の活動を行っている福祉会へ助成していただきますので、皆様のご支援ご協力をお願いいたします。

Q

会費は何に使われているの？

A

古賀市内45行政区の福祉会活動に全て充てられます。

福祉会は、それぞれの地域の高齢者や障がい者、子育て世帯(子ども・保護者)の閉じこもり予防などを目的とした誰でも集える場(サロン活動)の推進や、主にひとり暮らし高齢者の方を定期的に訪問して、困りごと相談や行事の案内などを行い、安心して地域で生活していただくための見守り活動などを行なっています。

地域に相談できる場所、相談できる人がいるって安心ですよ！



▲ボール体操



▲誰でも集える場(喫茶)



▲子育てサロン



▲様々な特典が一覧できる「社協会員証」

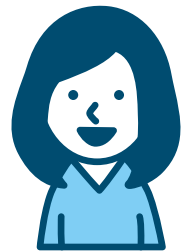
※「個人会員」と「団体会員」があり、それぞれ受けられる特典が違います。

今年度から、社協窓口での貸出特典に、古賀市内の協力店からの特典が加わりました。ご利用していただくことで、古賀市内での様々な出会いから「福祉のまちづくり」の輪が広がることを願っています。

Q 会員に加入するとどうなるの？

A 様々な会員特典を利用することができます。

飲食店で使える特典もあるのね。会員になってみようかしら！



個人
会員特典



チャイルドシートの短期貸出

個人
会員特典



車いす対応車の貸出

個人
会員特典



車いすの短期貸出

【その他協力店】

- イトレーター健康サロン「なかいわ整体院」
- 十割そば 手打ち蕎麦カフェ「こんさい館」
- 「阿部饅頭店」イートインコーナー

個人
会員特典



お任せラテアート半額で提供(1回限り)
協力店: Cafe&Bar Fes

団体
会員特典



チャリティ号(福祉バス)貸出
地域交流を目的とした活動への貸出です。
ご不明な点がございましたらご連絡ください。

● 会費

個人(1口)	500円
一般団体(1口)	5,000円
特別団体(1口)	15,000円

※詳細につきましては、下記までお問合せください。
※複数口でもご加入いただけます。
※会費は寄附金として所得控除・税金控除の対象となります。
※領収書が必要な方は、お申し出ください。

古賀市社会福祉協議会

TEL 092-944-2941

ご協力ありがとうございます。4月から受付を開始させていただきます。



Q 会員に加入するにはどうしたらいいの？

A 会員は随時募集しております。直接社協の窓口にお越しいただくか、お電話にてお申し込みください。

コガボラinfo

古賀市のボランティア情報をお届けします。

社協登録ボランティア紹介

ボランティアセンターには様々な個人・団体ボランティアの皆さまが登録されています。特別な知識や技術を身につけていなくても、特技や仕事を活かした活動もあります。あなたも、できることから始めてみませんか？

障がい児・者支援ボランティア

手話通訳・音訳・要約筆記・点字など障がいを持つ方のコミュニケーションを支援しています。



手話通訳

ろう者の暮らしを知り、ろう者との交流の場を広げ、手話の普及・啓発活動をしています。



音訳

毎月広報こがや行事予定表、月刊誌等を読んでCDを作り、市内の視覚障がい者へ送る活動をしています。



要約筆記

聞こえに不自由されている方の社会参加を目的に、文字による意思疎通支援・音声認識・字幕支援・要約筆記の啓発活動を行っています。



点字

選挙名簿やカレンダー、依頼があった文章や本などの作成、小学校の福祉教育への参加をしています。

園芸福祉ボランティア

花を作り育て、市内に花の輪を広めていくことで市民との交流の輪も広がっていきます。



車いす対応車で送迎・介助ボランティア

車いす対応車で、車いすを利用されている方のお出かけのお手伝いをしています。



地域応援ボランティア

地域のイベントや施設訪問などの参加を通し、交流を図っています。



子育て関係ボランティア

読み聞かせや、布おもちゃの作成・貸出などを通し、子育て中の保護者を応援しています。



「ボランティアをしたいな」「ボランティアに来てもらいたいな」など、興味がある方は下記までお問合せください。

古賀市社会福祉協議会 ボランティアセンター TEL.092-944-2941 FAX.092-944-2942

ハツラツ生活の秘訣は 『好奇心を持つこと』



取材の時には福祉会の
サロン活動に参加され、
楽しそうに歌われていました。



〈今回のいきいきさん〉

鹿部区

もりいずみ かずこ
盛泉 和子さん

93歳

今回は盛泉和子さんにハツラツ
生活の秘訣を伺いました。

【盛＝盛泉さん、社＝社協職員】

社：今日のお洋服、帽子とベストの
柄を揃えられて素敵ですが、
もしかして…

盛：はい、どちらも私の手作りです。

社：すごいですね！

盛：ミシンを使って色々作ってい
て、たまにバザーなどで販売も
させてもらってます。

社：器用なんですね、私もぜひ盛
泉さんに何か作ってもらいた
いです！

盛：あらあら(笑)でもね、家に
だけじゃなくて、私、旅行が好
きなのです！

社：どこか思い出の場所がありま
すか？

盛：息子と車でいろんな所に行っ
たわねえ、それこそ九州一周も
したわ。

社：親子でとても仲良しなんですね。

盛：でも思い出に残っているのは、
四国を一周した時ね。海に軍
艦や潜水艦が来ていて、息子
と一緒に「すごいね、大きいね」
なんて笑いながら写真を撮っ
たわ。

社：何から何まで驚くことばかり
です。最後に、盛泉さんの元氣
の秘訣を教えてください。

盛：何にでも興味を持つことね。
気になったことは何でもやる
し、そのおかげで今でもこんな
に元気でいられるわ。

社：何から何まで驚くことばかり
です。最後に、盛泉さんの元氣
の秘訣を教えてください。

盛：何にでも興味を持つことね。
気になったことは何でもやる
し、そのおかげで今でもこんな
に元気でいられるわ。

盛：何にでも興味を持つことね。
気になったことは何でもやる
し、そのおかげで今でもこんな
に元気でいられるわ。

盛：何にでも興味を持つことね。
気になったことは何でもやる
し、そのおかげで今でもこんな
に元気でいられるわ。

盛：何にでも興味を持つことね。
気になったことは何でもやる
し、そのおかげで今でもこんな
に元気でいられるわ。

教えちゃってん!! のべしえんしえ〜 vol.4

今回は、3つの転倒予防対策その1
と、自信づくりのためのリハビリのコ
ツをお届けします。



作業療法士
のべ 野邊 薫

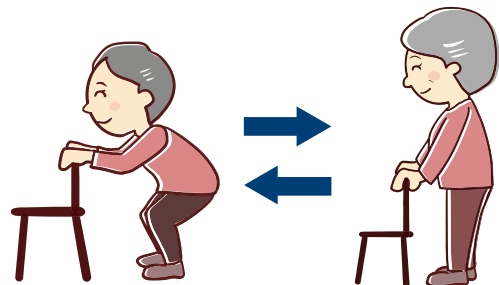
《転倒予防対策 その1》足腰を鍛える準備運動として1日1回

足をもち上げる腸腰筋の体操



- ① 安定のよいイスに浅く腰掛ける。
- ② 両手でイスをしっかりとつかみ、目線を前に向ける。
- ③ 腹筋に力を入れ、片方の太ももを、4つ数えながらゆっくりと持ち上げ、4つ数えながらゆっくり降ろします。4回繰り返して、最後は床を踏みしめます。左右行ってください。

良い姿勢をとる体操



- ① ものにつかまって立つ。
- ② 膝を4つ数えながら、ほんの少し緩めて、床を踏みしめて背筋を伸ばした良い姿勢をとります。
- ③ しっかり床を踏みしめ、お尻と下腹に力を入れる
- ④ これを4〜5回繰り返す。

リハビリのコツ 「心が動けば、体が動く」という言葉があります。やる気が出ない、何もできないと壁にぶつかった時、ちょっとやればできるくらい小さな目標をたててやってみることをお勧めします。例えば、朝起きて深呼吸を一回してみる、タオルをたたんでみる、床をちょっと踏みしめてみる。「やった!できた!」という、小さな成功体験を積み重ねることを、大切にしましょう。

千鳥苑

四季折々の自然に囲まれた癒しの場所です。200人が入る大広間や、少人数でご利用できる小部屋もあります。地域活動や福祉活動のほか、親睦会、会議、研修等にご利用ください。

楽しいイベントが盛りだくさんの千鳥苑に遊びにきんしゃい!

7/20(土) カラオケ発表会
11:00~15:30

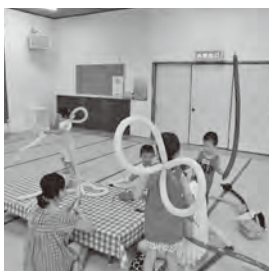
千鳥苑の名物行事のひとつ“カラオケ発表会”。日頃からご利用の皆さまが、自慢のものを披露します。会場となる大広間は毎回超満員!当日は、入館料のみでご観覧いただけます。



7/27(土) 親子ふれあい教室
10:00~12:00

要申込み

千鳥苑は、小さいお子さんから高齢の方までが利用できる施設です。未就学児とその保護者の方を対象にしたイベントも年に2回開催予定です。この機会にぜひ、千鳥苑へおいでください。(*^_^*)



8/6(火)~9(金) 夏休み子ども体験道場
10:00~12:00

要申込み

古賀北中校区の小学生を対象に、夏休みに様々な体験活動を企画します。詳細は、各小学校から配布されるプリントにてご確認ください。

【これまでに行った主な体験】

将棋・折り紙・工作・かがく・パン作り・フラダンス・陶芸・フェイスペインティング・スクラップブック作り・ヒップホップダンス・天体観測・バルーンアート…



お問い合わせ・申込先

古賀市社会福祉センター「千鳥苑」
TEL.092-943-2421

しゃんしゃん

介護予防を目的としたレクリエーションや趣味活動を通して、新たな仲間づくり、健康づくり、生きがい活動を支援しています。古賀市在住の60歳以上の方はどうぞご利用ください。



祝!100歳

「しゃんしゃん」をご利用の宮田福榮さん。

5月に100歳を迎えられました!心よりお祝い申し上げます。

毎日、無料送迎バスを利用して、元気に『しゃんしゃん』においてになる宮田さん。手芸や体操等、様々なプログラムに意欲的に取り組まれています。また、おしゃべりや読書、食事でも存分に楽しまれています。誰からも愛される宮田さんです。(*^_^*)

\ 100歳の宮田さんに聞く! / 3つの質問

Q. 元気の秘訣は?

A. 好きな物を好きなだけ食べて、普通に過ごしているだけです。(甘い物が好きです…うふっ♡)

「体も柔らかい!」



Q. 何をしている時が楽しいですか?

A. 「しゃんしゃん」に来て、みんなと一緒に話している時が一番楽しいです。

Q. 看護師として働いていた頃の思い出話を!

A. 17歳、18歳の頃は、看護師として働いていました。青春真っ只中!夢中で働いていて楽しかったですよ。若い私が、検温や脈を測りにいくと、患者さんが喜んでくれてね~! 素敵な思い出です。



お問い合わせ・申込先

介護予防生きがい活動支援事業「しゃんしゃん」
TEL.092-943-8120

社協掲示板

寄附お礼 3月下旬～5月中旬(敬称略)

古賀市社会福祉協議会へ次の方からご寄附がありました。厚くお礼申し上げます。ご芳志を十分尊重して、有意義に使わせていただきます。

香典返し

行政区	寄付者名	故人
花見南	山田 正一	母 ヒデノ
古賀北	酒井 廣子	夫 安幸
薬王寺	松崎 久則	妻 幸子
米多比	青柳 茂	母 アヤノ
薦野	阿部 春代	夫 友哉
鹿部	三好 鷹助	妻 タエ子
久保	安部 徹	母 テルヨ
古賀南	三輪 洋子	夫 章太
花見南	東 公恵	夫 久仁樹

一般寄附

行政区	寄附者氏名
小竹	木村 恵子
花見東	伊藤 千鶴子



あんしん生活相談

～高齢者・障がい者 弁護士無料相談～

65歳以上の高齢者の方、障がい者手帳をお持ちの方ご相談ください

【日付】8月27日(火)

【時間】①13:30～14:15
②14:15～15:00
③15:15～16:00
④16:00～16:45

【場所】サンコスモ古賀内相談室

【申込み】事前に電話でお申し込みください。
8月1日(木)から受付開始

【申込先】古賀市社会福祉協議会
TEL.092-944-2941



集めています!コッコツと!!ご協力お願いします。

社協窓口で缶ジュースの“プルタブ”や“ペットボトルキャップ”の収集を行っています。

ペットボトルキャップ

↓
世界の子どもたちに
ワクチンを!
キャップ860個で
1人の命が救えます。

プルタブ

コッコツと積み上げ、目標は
ドラム缶8本分で車いすの購入!
↓
新しい車いすが
貸し出せます。

感謝状をいただきました!

ペットボトルキャップを
『イオン九州株式会社』に届けてきました。

ペットボトルキャップ2回目のお届け
84kg ポリオワクチン 21人分でした。
累計 **140kg 35人分**になりました。



プルタブ1回目のお届けは
68kg 5,440円でした!

少しずつ蓄えて、新しい車いすが
購入できたら貸出用として使用します。



私たちヘルパーがご本人の“気持ち”を支え、ご家族の“頑張り”を応援します!



ほっとステーション



ご存知ですか?介護保険・障がい福祉サービスで外出支援が利用できます!

要介護(要支援)認定を受けられた高齢者や、身体・視覚・精神等の障がいのため、一人での外出が困難な方に対して、ヘルパーが病院受診や買物等に同行する支援です。(ケアマネジャー・相談支援員が立てるプランに基づいて計画的に行うものです。)

外出の支援を利用している方々に、お話を伺いました!

以前は、何処かに行きたくても、家族の都合によっては我慢しなければならず、心がうつようになっていました。でも、支えてくれる主人に背中を押されサービスを利用しはじめたことで、今ではいろんなスポーツを楽しめるようになり、心にゆとりが生まれてきました。視覚障がい者でも、一人ひとり障がいの程度や状況は違います。私に合った方法で、一緒に歩き、周囲の状況を教えてもらいながら、世の中の情勢について語り合ったりもしています。参加することに意義あり!で、5月の身体障がい者、体育大会ではソフトボール投げに参加して、心地よい汗を流せました。

さどうまさえ
(佐道政江さん)



▲身体障がい者体育大会の様子

同行させていただいたヘルパーより

参加者お一人おひとりの明るい笑顔に私もたくさんの元気をもらいました。暑いほどの天気でしたが、楽しい1日でした!

車いすなので自分では買物や病院にも行く事ができず、家族に頼っていましたが、家族も体調が悪かったり忙しかったりして心苦しく思っていました。ケアマネジャーに相談したところ、ヘルパーさんに付き添ってもらえるようになりとても助かっています。

(I・Hさん)



息子は家族が付き添えない時に、ヘルパーさんと一緒に外出しています。回を重ねる毎にヘルパーさんにも慣れてきて、自分の意見や感情も表に出せるようになってきました。近場ならJRの切符も自分自身で購入できます。これからもよろしくお願いします。(K・Nさんのお母様)



▲外出支援で相島に行きました!

昨年夏に全く知り合いのいない古賀市に転居して来ましたが、ヘルパーやボランティアの皆様のおかげで地域社会の一員として孤立することなく生活することができています。日々の支援を通じて地元のことを色々知ることができ、大変感謝しております。(瀬戸真さん)



ヘルパーさん
募集中!

介護資格を活かしたい方

チームワークでお互いにフォローし合える職場だから、子どもさんの急病や学校行事等のお休みもOKです。ほっとステーションで私たちと一緒に働きませんか!!

1日1時間からでも大丈夫です!!



ホームヘルパーのことなら **ほっとステーション** 訪問介護

TEL.092-944-2960

ご自宅での家事や入浴・外出などでお困りの方のお手伝いをいたします。

www.kogasyakyou.jp