

KOGA 社協だより

古賀市社会福祉協議会がお届けする季刊誌

2021.06

Vol.194

なつ号

KOGA 社協だより

2021年6月20日発行 発行/社会福祉法人 古賀市社会福祉協議会 〒811-3116 福岡県古賀市庄205番地 サンコスモ古賀内
お問合せ / TEL.092-944-2941 FAX.092-944-2942 sounmu@kogasyakyou.jp デザイン/太野みやデザイン事務所 印刷/社会福祉法人 福岡コロニー

古賀市
第3地域包括
支援センター



古賀市
第1地域包括
支援センター



古賀市
第2地域包括
支援センター



特集

新事業スタート!!

地域包括支援センター
が市内3つに!

P.2

コミュニティソーシャルワーカー
CSW事業が
スタートしました!

P.4~5

この社協だよりは、共同募金の配分金などによって作成されたものです。

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



生活の中の「少し難しい」をお手伝いし、住み慣れた地域で自分らしい暮らしを人生の最後まで続けることができるよう支援しています。

「ちょっと手伝ってもらえたらまだまだイケる!!」
ヘルパーをご利用の方にお話を伺いました!



利用のきっかけは?

一人暮らしで転倒の不安を抱えながら掃除や外食生活を続けていましたが、この先もこの家で生活するため、もっと掃除や自炊ができるようになりたいと思い、ケアマネジャーに相談しました。

利用してみようですか?

ヘルパーに教えてもらいながら調理や掃除を自分で、中腰姿勢など難しいところは手伝ってもらっています。最初は、買物で何をどのくらい買えばいいかわかりませんでしたが、今は買い物リストを自分で作るようになりました。まだまだ不慣れですが、ヘルパーと一緒に家事を頑張っています。

利用のきっかけは?

腰の痛みがあり中腰の作業がきつく、午前午後で時間を分けて家事をしていて時間がかかっていたので、サンコスモに相談に行きました。

利用してみようですか?

希望通りにしてもらえてホッとしました。お掃除をしてもらっているから、私も一緒に頑張りたいと思います。一人で黙々と家事をするより、ヘルパーさんと一緒にお話しながらできて楽しいです!



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
ご自宅での家事や入浴・外出などで困りの方のお手伝いをいたします。

TEL.092-944-2960

www.kogasyakyou.jp



令和3年4月より

地域包括支援センターが市内3カ所に!

地域包括支援センターでは、保健師・看護師、主任ケアマネジャー、社会福祉士等が連携し、住み慣れた地域で安心して生活を継続できるような支援を行います。古賀市では今年度よりその窓口が3中学校区に分かれ、より身近に相談できるようになりました。お電話いただければ、ご自宅までお伺い致しますので、お気軽にご相談ください。



プライバシーの守られた個室でお話を伺いますので、ご安心ください。

担当エリアの地域包括支援センターへ気軽に相談してください!

営業時間 月～金(土日祝、年末年始を除く) 午前8:30～午後5:00

古賀中学校区

第1地域包括支援センター
古賀市鹿部482番地(福岡聖恵病院内)

TEL 092-410-1355
FAX 092-410-1577
MAIL qqvh7dv9k@crest.ocn.ne.jp

古賀北中学校区

第2地域包括支援センター
古賀市千鳥3丁目3番1号(千鳥苑内)

TEL 092-410-7331
FAX 092-410-7370
MAIL houkatsu@kogasyakyou.jp

古賀東中学校区

第3地域包括支援センター
古賀市青柳町215-1-2号

TEL 092-692-5541
FAX 092-692-5220
MAIL koga3houkatu@reve-fukuoka.com



例えばこんな困りごとはないですか?

- 介護保険のサービスを受けたいが、どんなサービスがあるのか。手続きの仕方が分からない。
- 運動する場や地域のつどいの場があるのか知りたい。
- 認知症の相談をしたい。また専門の医療機関が分からない。



第2地域包括支援センターは“古賀市社協”が担当しています

開設して早3ヶ月が過ぎました。満開の桜、つつじ、木々の緑を眺めつつ、私達6人のスタッフも新鮮な気持ちで日々、業務に取り組んでまいりました。まずは地域に知っていただき、気軽に相談いただけるような信頼関係づくりに努めていきたいと思っています。



地域でいきいき高齢者

〈今回のいきいきさん〉
久保西区
笹原 信也さん
89歳

今回は「笹原 信也さん」に元気の秘訣を伺いました。

【笹原さん 社協職員】

社：笹原さんはボランティア活動を始めてどれくらいになるのですか?

笹：久保西区の「のびのびサロン」では平成18年の立上げ当初からボランティアとして参加しています。小学生の登下校の見守り活動にも参加していますよ。

社：子どもたちの笑顔を見ると、こちらも元気になりますね!

笹：そうですね、小学生が顔を覚えてくれて今日の出来事などを話してくれて毎日楽しいです。あと、シニアクラブの見守り活動にも参加しています。

社：いろいろな世代の方との交流があたりですね。

笹：今はコロナウイルスがあるのでできていませんが、以前はバスハイクなどの地域の行事にも積極的に参加していました。地域の行事にはなんでも参加します。それが元気に過ごす秘訣ですね。

(※写真は令和元年度以前の活動の様子)

楽しむことが元気の秘訣!

サロン後のおしゃべりタイム!



教えちゃってん!! のべしえんしえ〜 vol.11

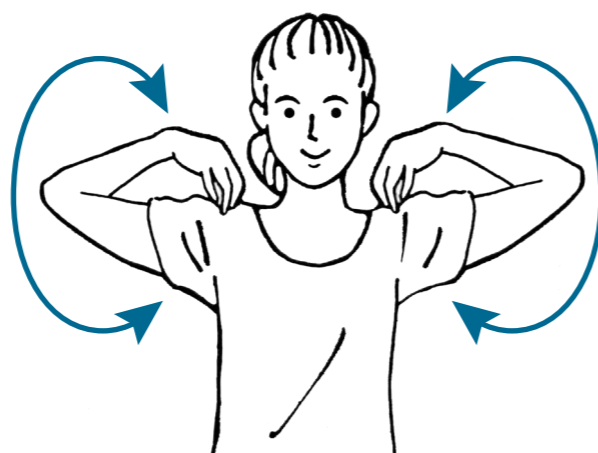
肩の体操と感覚を楽しむ
リハビリのコツをお届けします。



作業療法士の野邊 薫

【肩甲骨まわりをよりほぐす方法】

両肘で円を描くように前から後ろに肩から腕を回します。円は小さく肩より低く始め、慣れたら円をだんだんと大きく高くしていきましょう。同じ動きを、後ろから前の方向で10回繰り返しましょう。肩甲骨が大きく動いていることを意識しながら動かすのがポイントです。



⚠ 痛みが出るまでしないように注意しましょう。

自宅で過ごす時間が増えた中で、楽しめることの1つに「五感を楽しむ」があります。花などの色や、コーヒーなどの匂いもそうですが、肌で風のそよぎを感じることも良いと思います。運動と感覚は表裏一体です。踏みしめた足の裏の感触も味わって、転倒予防にも励みましょう。

「コミュニティソーシャルワーカー」 CSW 事業 がスタートしました。

**困りごとを抱え、助けが必要な人が
地域にいませんか？**

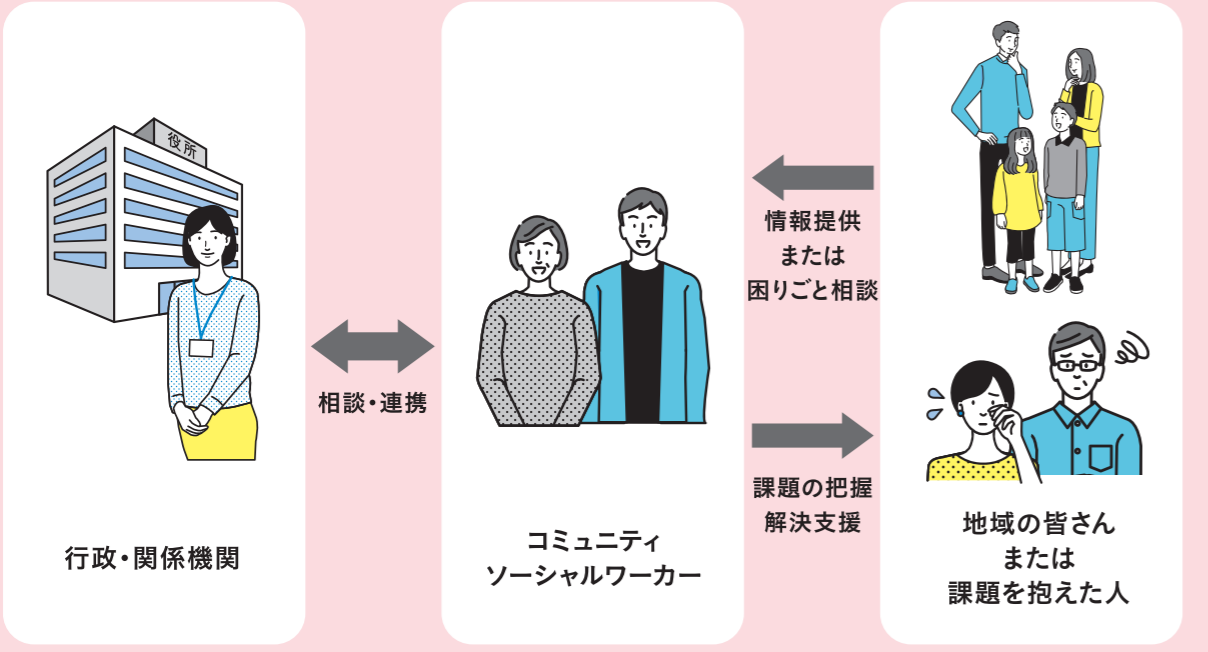
CSW（コミュニティソーシャルワーカー）が相談を受けとめ、
必要な支援につなぎます

CSW（コミュニティソーシャルワーカー）とは？

少子高齢化や核家族化が進み、人と人とのつながりが希薄になる中で、地域で孤立する人が増えています。中には、失業、借金、病気、8050問題のような複雑多様化した課題を抱え、自分で解決することが困難な人もいます。コミュニティソーシャルワーカーは、課題を抱えた人を地域単位で把握し、地域で解決できる仕組みづくりに向けた活動を行います。また、地域で解決することが困難な場合は、行政や関係機関につなぎ、連携して解決に向けた支援を行います。



市から委託された社協の職員3人がそれぞれ3中学校区に分かれて活動します。



ご近所にこんな方はいませんか？

- 家計が苦しくて困っているようだ
- ひきこもりの家族がいて心配な家がある
- 一人暮らしで外に出てこない人がいて心配
- 家の周りにゴミや物が積み重なっている
- 子育てをしているが、誰とも交流が無い

※ご相談は無料で、お話しいただいた方の秘密は守られます。ご自身やご家族からのご相談も受け付けておりますので、お気軽にご連絡ください。

コミュニティソーシャルワーカーに関するお問合せ

古賀市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL.092-944-2941
 サンコスモ古賀 福祉課 福祉相談係 TEL.092-942-1150

社協掲示板

寄附お礼 3月上旬～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			一般寄附	物品寄附
校区	寄附者名	故人	寄附者氏名	寄附者氏名
古賀西	塩川 浩美	塩川 信子	クロスパルこが	東洋羽毛九州販売(株)福岡営業所
花見	金丸 孝子	金丸 勝博	西部ガス都市開発グループ事業体	平川 義郎
花鶴	山根 純子	山根 進	匿名 1件	
青柳	矢野 哲久	矢野 ミネ		

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

相続や遺言、成年後見等生活に関わる法律のご相談を45分の中でじっくりお伺いいたしますので、お気軽にお申し込みください。

【日付】8月25日(水)

- 【時間】① 13:30～14:15
② 14:15～15:00
③ 15:15～16:00
④ 16:00～16:45

【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2日(月)から受付開始

【申込先】古賀市社会福祉協議会
TEL.092-944-2941



令和2年度にご協力いただいた災害義援金のご報告

社協では、災害で被災された方々を支援することを目的とした義援金を受け付けております。今回令和2年度に受け付けた義援金について、ご報告いたします。

- 令和2年7月豪雨災害義援金(全域) 10,155円
- 令和2年7月福岡県豪雨災害義援金 722,615円
- 令和2年7月熊本県南豪雨災害義援金 111,200円
- 令和2年7月大分県豪雨災害義援金 6,000円
- 令和2年7月鹿児島県豪雨災害義援金 2,000円

また、現在受付中の義援金や今後新たに災害が発生した場合の義援金の受付状況等については、下記「中央共同募金会HP」をご参照ください。これまでの皆様のご協力に感謝申し上げますとともに、今後ともご理解とご協力の程よろしくお願いたします。

中央共同募金会 <https://www.akaihane.or.jp/>



千鳥苑だより

CHIDORIEN DAYORI

新型コロナウイルス感染防止対策を講じて開館中!!

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。

ロビー展好評開催中!!

ロビー展では、日頃から千鳥苑をご利用の皆様や地域の皆様の趣味活動・文化活動等をご紹介します。

子ども書道教室 硯彩書道会



子ども達の力強い書を前に、利用者の皆様からは「上手ね～元気をもらったよ!!」「孫を思い出すね～」と、大変喜ばれています。

夜間利用、いかがですか?

千鳥苑には、小部屋～大広間まで様々なお部屋があり、会議や懇親会、趣味活動等に広くご利用いただいています。現在、夜間のご利用は予約が取りやすくなっています。詳細は、千鳥苑までお問合せください。

【夜間利用団体の活動ジャンル】

- 各種団体の会議
- 和太鼓
- 三味線
- 中国語
- 韓国語
- フラダンス



お問合せ・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。

楽しいプログラム満載!!

しゃんしゃんでは、楽しみながら脳トレや体力維持につながるようなプログラムの提供をしています。今回ご紹介する「陶芸体験」もその一つ。指先を使いながら土をこね、想像を膨らませながら制作していく、作品が出来上がった時の「達成感」を味わっていただくことも重要なプログラムと考えています。

陶芸体験



ご指導いただいたのは、遊び心の陶舎やよい窯(薦野)の大熊やよい先生です。

【最近チャレンジしたプログラム】

- 健康体操
- 体操カラオケ
- 手芸
- 音楽鑑賞
- 紙芝居
- 園芸
- 健康ストレッチ

お問合せ・申込先

介護予防支援事業「しゃんしゃん」
TEL.092-943-8120