

にらさき



No. 63

令和3年1月号

社協だより & ボランティアだより



韮崎市老人福祉センター 露天風呂

～誰もが安心して、充実した暮らしができる福祉のまち～



社会福祉法人

韮崎市社会福祉協議会

〒407-0037 山梨県韮崎市大草町若尾1680
(韮崎市老人福祉センター内)

TEL 0551-22-6944 FAX 0551-22-6980

■ TEL (法人後見専用) 0551-30-6011

E-mail : info@nirasaki-shakyo.or.jp

http://www.shakyo.or.jp/hp/840/

韮崎市社会福祉協議会

検索

運営事業所

■ 居宅介護支援(ケアマネージャー)事業所
(穴山事業所)

TEL 0551-25-6068

■ 大草デイサービスセンター『こぶし荘』

TEL 0551-23-5080

■ 穴山デイサービスセンター『なごみの郷』

TEL 0551-25-6068

令和2年度韮崎市社会福祉協議会 会費納入にご協力ありがとうございました

社協役員、地区長をはじめ自治会役員、民生委員の方々のご協力により、多くの皆様から社会福祉協議会の各種事業推進にご理解とご協力をいただきました。お寄せいただきました会費は「誰もが安心して、充実した暮らしができる福祉のまちづくり」をめざし、有効活用させていただきます。

貴重な会費を納入くださいました皆様方に厚くお礼申し上げます。

特別会員芳名

[韮崎地区]

◎2口

滝田建材(株)
リバーエレクトック(株)
梨北農業協同組合

◎1口

(株)アートプリント
(株)旭タクシー
いのクリニック
井筒屋醤油(株)
(株)上田商店
(有)甲斐タクシー
きっかわ整形外科クリニック
峡北工業(株)
(株)興石運送土木
(有)興石自動車工業
小林歯科医院
小屋歯科医院
(有)清水ビルディング
(株)シミズヤ
(株)セレオ
高野産業(株)
高野書店
東洋測量設計(株)
(株)内藤自動車工業
(有)韮崎スズキ販売
(有)韮崎タクシー
韮崎本町運送(株)
ニラボウ(株)
富士島建設(株)
(株)まあめいく
(株)山梨中央銀行韮崎支店
山梨県民信用組合韮崎支店
山梨トヨペット(株)韮崎店
山梨農産食品(株)
山本製麺所
(株)ヨコカワ
(有)わいえむ環境

[穂坂町]

◎1口

(株)滝田電気商会
韮崎東ヶ丘病院
(有)横内建設

◎0.5口

(有)砂畑建材
藤原整骨院

[藤井町]

◎3口

東京エレクトロテクノロジーソリューションズ(株)

◎1口

(株)アスク
アミューズメントサービス(株)
金丸重機(株)
(有)中島タイヤ商会
藤森耳鼻咽喉科医院
山梨トヨタ自動車(株)

◎0.5口

甲府信用金庫藤井支店
堀内歯科医院
ますやま整形外科クリニック

[中田町]

◎1口

(有)秋山組
(株)菊島
野口外科胃腸科

◎0.5口

(有)萩原製菓

[穴山町]

◎1口

穴山温泉能見荘
(有)島津工業所
(株)島村組
守屋 弥生

◎0.5口

内田建材(有)
関東技研(株)

[円野町]

◎2口

内藤ハウス(株)

◎1口

(有)細田組
(有)細田工務所
みどり屋食堂

◎0.5口

有井自動車整備工場
一木産業
セブンイレブン韮崎円野店
細田設備
まるのや商店

[清哲町]

◎1口

甲斐プレコン(株)
滝田建材(株)清哲砂利工場
水上測量調査事務所(有)
(株)山中産業

◎0.5口

伊東機械
インターナショナルアロイ(株)
小沢工業(株)
(株)双伸産業

中部工業(株)韮崎工場

[神山町]

◎1口

願成寺 山本正乗
横内 良隆

◎0.5口

旭陽電気(株)
(有)忠友会韮崎クリニック

[旭町]

◎1口

(株)エーワン精密
(株)ササキ

◎0.5口

秋山製作所
(株)イイノ・オートライフ
(株)久保田自動車整備工場
(有)竹内興業
(有)長沢製作所

樋口自動車整備工場
豊栄工業(有)

[大草町]

◎2口

(株)タンガロイ韮崎工場

◎1口

秋山脳外科
野沢精工(株)
ホテル舟山
三井金属ダイカスト(株)

◎0.5口

菊島設備(株)

◎0.3口

清水自動車工業

[龍岡町]

◎1口

キンキ製工(株)
興石建材(株)
(株)サンフーズ
清水工業(株)山梨工場
中部建材興業(株)
にこにこクリニックHIRO歯科
(有)韮崎環境メンテナンスサービス
(有)韮崎ゴルフ
明友機工(株)
柳川丸圧製缶工業(有)
山梨旭ダイヤモンド工業(株)
山梨化学工業(株)
山梨宝栄工業(株)
竜伸工業(有)

[その他]

◎3口

韮崎ライオンズクラブ

◎2口

(株)マルモ

◎1口

エンドウ
(株)介護センター花岡
甲府ビルサービス(株)
日清医療食品(株)山梨営業所
(有)原田機械設備
富士急トラベル(株)甲府支店
三ツ輪産業(株)
山梨ヤクルト販売(株)
(株)ユウシステム
(有)読売山梨広告社
ワールド企画(有)

団体会員芳名

◎1口

あゆみの家
NPO法人韮和会
(有)信和会
(有)韮南福祉会こぶし授産園
清山寮
就労継続支援事業所リーフ韮崎
(有)燦生福祉会フルリール韮崎
山梨県立あさひワークホーム
山梨県立北病院
山梨県手をつなぐ親の会

1口1万円(敬称略)

戸別会費

地区	会費(円)
韮崎地区	2,020,000
穂坂町	607,000
藤井町	1,238,000
中田町	450,000
穴山町	391,000
円野町	276,000
清哲町	336,000
神山町	324,000
旭町	752,500
大草町	751,000
龍岡町	939,000
合計	8,084,500

在宅障がい児(者)母子グループ療育指導事業

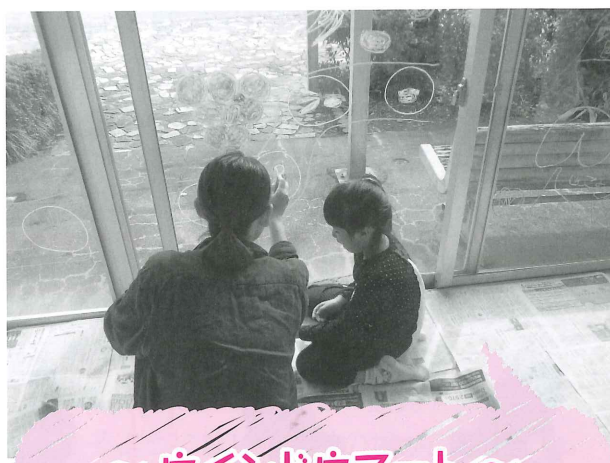
荏崎市社会福祉協議会では、母子グループのメンバーを募集しています。

創作活動や県内外研修、ダンスなど、親子で楽しめる楽しい活動を行っています。今年度は新型コロナウイルスの影響を受け活動を見合わせていますが、令和元年度の活動の一部を紹介しますので、興味のある方は是非お気軽にご連絡ください。



～ 料理教室 ブッシュ・ド・ノエル ～

家でも簡単に作ることができる料理を教わりました。一番人気の活動です。



～ ウィンドウアート ～

窓に自由に絵を描きます。



～ 茶道 ～

作法を教わりながら、美味しいお抹茶と和菓子をいただきました。

■活動日

原則 毎月第4土曜日
10:00～12:00

■参加費無料

※県内外研修など、自己負担のある活動もあります。

■対象者

荏崎市内在住の障がい児(者)親子

■問い合わせ

荏崎市社会福祉協議会
事業推進担当

☎ 0551-22-6944

✉ kosuge@nirasaki-shakyo.or.jp

こんな時だからこそ体操してフレイル予防！！

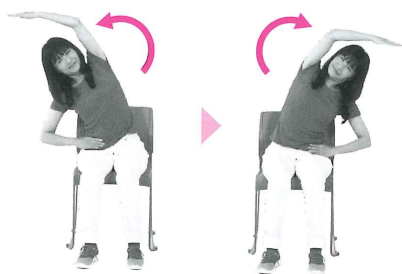
新型コロナウイルスが猛威を振るう中、外に出る機会が減少し自宅で過ごす機会が増えてしまうと、運動不足やコミュニケーション不足になり、フレイルが心配されます。適切な対策をすることで、もとの健常な状態に戻り、生活機能の維持・向上が可能になります。

フレイルって？

最近よく耳にする「フレイル」とは、年をとって心身の活力（筋力、認知機能、社会とのつながり）が低下した状態です。

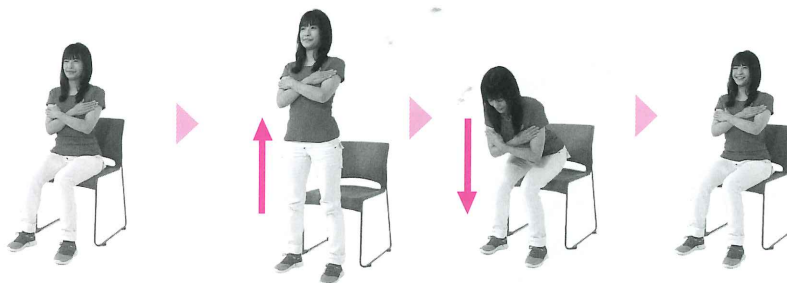
老人福祉センターでは、いきいき百歳体操を行っております。
その一部をご紹介しますので、ご自宅などで行い健康維持に努めましょう。

肩と脇腹を伸ばす運動



1. 右手を上、左手を腰にあて
1、2、3、4で左に体を傾け
5、6、7、8で戻ります
2. 上にあげる手を左手に変えます
2、2、3、4で右に体を傾け
5、6、7、8で戻ります
左右もう一回ずつ行います

イスからの立ち上がり



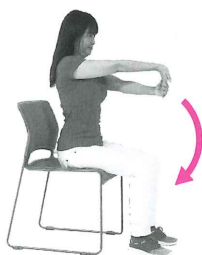
足の裏がしっかり
床に着くように座
ります両足を肩幅
程度に開き足を少
し後ろに引きます

1、2、3、4で
ゆっくりと立ち上
がります

5、6、7、8でゆっくりと
椅子に座ります

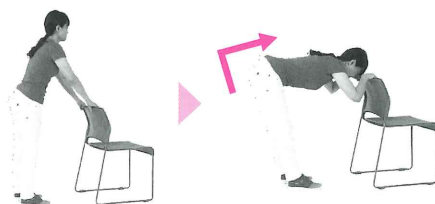
効果：階段昇降、浴槽の出入り、トイレでの立ちしゃがみ、床からの立ち上がり等の動作が楽になります

手首・腕のストレッチ



写真のように右腕を前に伸ばし、左手
を使って手首を伸ばしていきます（15
秒間）
左腕も同じように行います

太もも裏のストレッチ



椅子の背につかま
ります

前にお辞儀をしなが
ら伸ばします（15
秒間）

首の運動



ゆっくりと首を右に2回
まわします
左も同じように2回まわ
します

》市内ボランティア活動紹介《

イベントボランティア

相吉さんご夫婦 (サリー&タケ)

Mr. and Mrs. Aiyoshi (Sally & Take)



＊活動先と内容

韮崎市内を中心に老人ホーム、自治会、児童館、保育園、幼稚園、福祉施設などのイベント時にマジック、皿回し、南京玉すだれ、バルーンアートなどを実演しています。

＊きっかけ

サリーこと、くに子さんのマジックとの出会いは、小学校5年生の我が子と共に夏休みに参加した東京の社協のマジック講座で、講座を機会に先生に付き社協を通じてボランティア活動が続けていました。

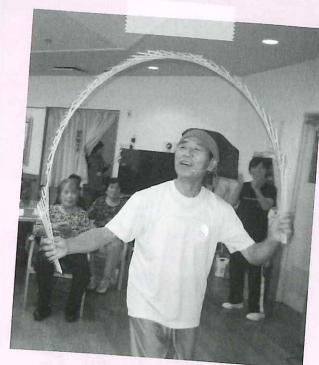
平成18年に親の介護のため山梨にUターンし、5年後にデイサービスでの披露をきっかけに、福祉施設や地域のサロンなど、市内外から声が掛かるようになり、活動の場が広がってきました。山梨での活動再開当初は、くに子さんの送迎を担っていたタケこと、丈雄さんも、九州への単身赴任中に、こっそりと大道芸の講座を受け、7～8年前に山梨県の国文祭関連のクラウンアカデミーに参加、その後もサークル活動が続け、夫婦共演の依頼を受けるようになりました。

＊やりがい

始めは慣れずに失敗も有ったけれど、慣れてくると気配りができるようになり、みなさんに楽しんでいただけることが、自分たちの楽しみとなっています。より楽しんでいただく為に、どのように工夫していくかを考えることが楽しく、生きがいとなっています。

＊そして今

コロナ禍で多くのイベントが中止になり、自粛生活を送る中も、特定の保育園での活動は続いています。まずは、自身の健康管理をしっかりして、短い時間でも安心して楽しんでいただけるように努めています。



イベントボランティアに興味のある方は、韮崎市社会福祉協議会までお問合せください。

韮崎市社会福祉協議会ボランティア講座

■ ボランティアにおける感染症対策 ～感染予防は正しい手洗いから～

感染症対策はボランティア活動でも必要不可欠です。正しい手洗いは、感染症から自分を守り、相手を守ります。もう一度手洗いについて学んでみませんか？

【内 容】 感染対策について、正しい手の洗い方、アルコールの扱い方 等

【開催日時】 2月4日(木) 10時～11時

【会 場】 老人福祉センター1階 大広間

【講 師】 元県立中央病院看護部長 小倉 いく子さん

【対 象】 韮崎市にお住まいのボランティア活動をしている方、興味のある方

【定 員】 15名

【受講料】 無料

【持ち物】 筆記用具、マスク

【その他】 当日の検温とマスクの着用にご協力いただき、体調不良の場合は参加をご遠慮ください。



■ 技能習得ボランティア講座

【内 容】 庭木の剪定（機械工具の整備について）

【開催日時】 2月18日(木) 10時～12時

【会 場】 老人福祉センター

【対 象】 韮崎市にお住まいのボランティア活動をしている方、興味のある方

【定 員】 15名

【受講料】 無料

【持ち物】 筆記用具、動きやすい服装、マスク

【その他】 当日の検温とマスクの着用にご協力いただき、体調不良の場合は参加をご遠慮ください。



韮崎市ボランティアの会 支部活動報告

《中田支部》

中田支部は、現在会員54名で活動しています。韮崎市及び社会福祉協議会と中田町の福祉関係事業への参加・協力が主な活動です。

デイサービス「なごみの郷」で、2名交代でお茶を入れたり、話し相手になったり、入浴後のドライヤー掛けなどをお手伝いしています。

町への参画として、「中田町福祉祭り」の豚汁作りのお手伝いや、公民館との共催による「救急法講習会」を実施して、人口呼吸法やAEDの使用方法などを学んでいます。

また手芸の集いを開いて、「中田町文化祭」に出品する作品作りと併せて、一人暮らしのお年寄りへのプレゼント作りを行っています。

毎年ささやかではありますが、心を込めたプレゼントは、お年寄りに大変喜ばれています。昨年は、クラフトテープを使った小物入れの籠を作りました。

その他、それぞれの地区行事への参加・協力を行っています。残念ながら今年度は、新型コロナウイルスの影響で、ほとんどの行事が中止になり、今までの所何も活動ができていない状況です。

一日も早く新型コロナウイルスが終息し、安心してボランティア活動が、再開できる日が来ることを心から願っています。

《中田支部長 小澤 典子》



新年明けましておめでとうございます



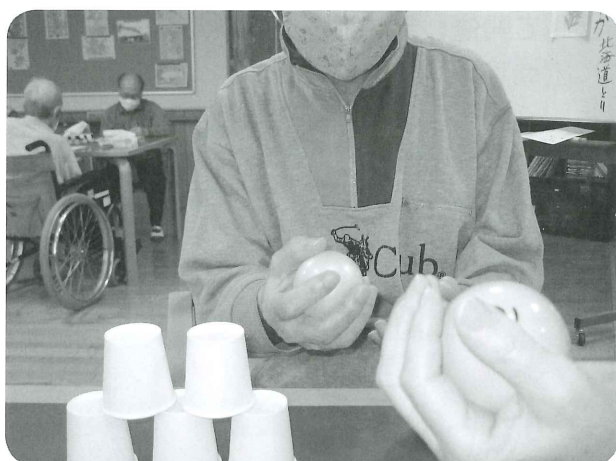
穴山デイサービスセンター

なごみの郷

☎ 25-6068

個別の体操

それぞれの利用者様にあわせ筋力や体力の維持向上を目指し、様々な体操を行っています。



紅葉狩り

中央公園に紅葉見学に行きました。周囲の山並みも綺麗でした。



大草デイサービスセンター

こぶし荘

☎ 23-5080

寄り添いながらのサービス

お一人おひとりに寄り添いながら、自宅で生き生きと過ごせるよう、運動やレクリエーション、温泉入浴等のサービスを提供します。



居宅介護支援事業所

☎ 25-6068



介護保険のご相談を承ります。
お気軽にご連絡ください。



(ケアマネージャー：横森・伏見・小澤)

社協よりお知らせ

申し込み・お問い合わせ

韮崎市社会福祉協議会 ☎ 22-6944

老人福祉センター「わくわく広間」出演者募集

老人福祉センターを利用してくださる皆さまに、ボランティアによる演芸の発表や企業による講演等を楽しんでいただき、生きがいづくりを推進しています。

皆さんも持ち前の特技や芸などを披露してみませんか。ご連絡お待ちしております。



山梨ヤクルト販売㈱による「健康美容教室」



すずらん会による「大正琴の演奏会」

韮崎市社会福祉大会の中止について

第36回韮崎市社会福祉大会は、新型コロナウイルス感染症拡大防止のため、中止とさせていただきます。

第48回峡北地区高齢者作品展

高齢者自らが、知識や能力、経験を活かして日頃の趣味活動の中からその力作を展示することにより、お互いの親睦と、より一層の高齢者福祉と生涯学習の推進を目的として開催します。山梨県シルバー作品展に出展する作品の選考も兼ねて、北杜市と合同で開催しています。皆さん、ぜひ見に来てください。



■日時

令和3年2月5日(金)～10日(水)

午前10時～午後4時

※5日(金)の展示時間は、午後1時～午後4時

10日(水)の展示時間は、午前10時～午後1時30分

■会場

韮崎市民交流センターニコリ

地下1階 アートギャラリー

(韮崎市若宮1丁目2番50号)

※新型コロナウイルス感染拡大防止のため、変更になる可能性があります。

温かいご厚志ありがとうございました

- (株)マルハン韮崎店 様 菓子・お茶 3箱
- 韮崎北西小学校児童会 様 タオル・せっけん 2箱

