



きくがわ 社協だより

2012
No. 85
3月発行

ホームページ <http://www.kiku-syakyou.or.jp/>

社協（社会福祉協議会）は、
みなさんと共に「安心していきいき暮らせるまち」を考え、推進する民間団体です。

腰痛と膝関節痛を予防して、 活動的な毎日を



2月13日（月）に「腰痛と膝関節痛予防講座」を開催しました。

自身の身体の可動域を知ることにより、楽な動き方に繋げていく。このための手段として、“腰をうまく回す動き方”や“ストレッチ運動”を学び、“有効な足の動きを取り入れる歩き方”を実践しました。

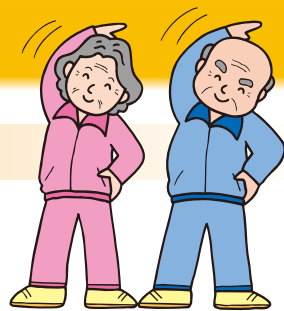
普段の歩き方を少し意識することにより、歩く姿がとても素敵に変わり、足の運びもスムーズになったことを参加者のみなさんが実感されていました。

社会福祉法人 菊川市社会福祉協議会
〒439-0019 静岡県菊川市半済1865（プラザけやき内）

Eメール info@kiku-syakyou.or.jp
☎ 0537-35-3724 FAX 0537-35-3202

笑顔、輝いてます ―第8回―

「心をかよわせ笑い合える場“福々会”」



Q. 福々会の活動について教えてください。

A. 中嶺田地区の80歳以上の方たちが集まるサロンで、毎月第3土曜日に中嶺田公民館で開催しています。平成15年7月から始めました。現在12名のみなさんが参加されています。音楽に合わせて体操をしたり、脳トレのようなゲームをしたりしています。ハンドベルを練習して敬老会で披露したり、日帰り旅行に出かけたこともあります。

Q. 福々会を立ち上げたきっかけは何ですか？

A. 当時、民生委員としてお年寄りのお宅を訪問していました。その際に、外出困難者が増えてきたと感じました。お年寄りからも「楽しみの一つとして、集まれる場所をつくってほしい。」という声を聞き、福々会がスタートしました。

第1回目の参加者は5名でしたが、その5名のみなさんが「楽しかったよ。」と声かけをしてくださり、参加される方が増えました。

Q. 活動されている中で感じていることは何ですか？

A. 同世代が集まることで、こだわりや遠慮がなく会話ができて、心から笑える時間が持てているなあと感じています。お年寄りになると、家族の中に居ても何となく距離をおいた感情を持たれる方がいらっしゃるのではないでしょうか？「来てよかった。」「楽しかった。」と言ってくれる声で続けて来られました。ゆったりと心から楽しめる時間を持てることが、お年寄りにとってよいことなのだと思います。

Q. 今後の夢や抱負をお聞かせください。

A. 継続してサロンに参加することで、精神的な面と身体的な面に効果があると思うので、これからも継続していきたいと思います。実際にサロンに来てくださるお年寄りを見ていてそう実感します。きっちりした計画は立てず、ゆるやかなんびりと、自由に参加できる雰囲気をつくりたいと考えています。サロンに参加することで、身体的な衰えを遅らせるようなケアができるといいなあと思っています。

「私が頼りない人だから、みなさんが心配して助けてくれるんです。会場に行くと、もう準備を始めてくださっていて、片づけもみなさんでやってくくださるんですよ。」と、少し恥ずかしそうに話してくださった木野さん。利用者と支援者のくくりがなく、参加者全員が運営を担っているサロンもすてきですね。

これからも優しく穏やかなその笑顔で、楽しい時間を積み重ねていただきたいと思います。



みちこ
木野美智子さん（76）中嶺田

無縁社会化を防ぎ“支えあい社会”へ

2月26日（日）、中央公民館において「菊川市民社会福祉大学」を開催し、約140名のみなさんにご来場いただきました。

基調報告（一人暮らし高齢者の生活実態・意識調査から）では、「団体への参加をしている人ほど生活満足度が高い」、「話し相手が多い人ほど『ひとり暮らしは張りがある』と感じており、『ひとり暮らしの不安』が少ない」などの報告がなされました。基調講演（無縁社会にどう向き合うか～日本社会の今とこれから～）では、日本社会を侵食する無縁社会の実態が報告されると共に、「社会制度の欠陥を直すには膨大な時間がかかる。誰かが動くことで地域が変わる。地域を動かすうねりを作ってもらいたい。」との投げかけがなされました。そして、講演後のシンポジウムでは「無縁社会化を防ぐために我々菊川市民はどうあるべきか」を議論しました。



ボランティアの輪「小学生ボランティアサークルスマイル」

菊川児童館を拠点として、菊川市内の小学4年生以上から中学生までのメンバーで活動しています。毎月1回、主に土曜日に児童館行事のお手伝いやおもちゃの消毒、デイサービス利用者との交流などの活動をしています。活動をととして違う学校の友達、学年の違う友達ができることも魅力です。

あなたも仲間になって、一緒に活動しようよ。

※4月号菊川児童館だよりに掲載記事が載ります。



問 合 せ 菊川児童館 ☎ 37-1135
ボランティアセンター ☎ 35-6385

ご参加ください～福祉有償運送運転者・セダン等運転者講習会～

自家用有償旅客運送自動車の運転者に対して、その業務における基礎的な知識及び技術を習得し、安全で安心な移送サービスが提供できるよう国土交通大臣が認定する講習を行い、福祉有償運送運転者及びセダン等運転者を養成します。

主 催 菊川市社会福祉協議会

日 時 第1日目：4月24日(火)9:30～15:50

第2日目：4月26日(木)9:00～15:20

※2日間とも受講が必要です。

内 容 講義、実技等

会 場 第1日目：菊川市総合保健福祉センター プラザけやき

第2日目：菊川総合自動車学校、社会福祉法人和松会

対 象 ・ 第一種運転免許を所持し、これから福祉有償運送の
運転者として従事しようとする方

・ 平成18年10月1日以降に、新たに道路運送法第78条
の許可（いわゆる「ぶら下がり許可」）を受ける訪問
介護事業所の訪問介護員等の方

定 員 20名(先着順)

参 加 料 3,000円

申 込 先 菊川市社会福祉協議会

受講申込書に必要事項を記入し、
ファクシミリまたは電子メールで
お申し込みください。

受講申込書は、本会ホームページ
(<http://www.kiku-syakyoku.or.jp/>)
からダウンロードできます。

おんがくの広場にいらっしゃ～い

平成24年度の「おんがくの広場」
を下記のように実施します。音楽を
とおした楽しい時間をみんなで作り
上げましょう。



日 時 4月14日、6月9日、8月11日、10月13日、12月8日

平成25年2月9日 ※偶数月の第2土曜日 13:30～14:30

会 場 特別養護老人ホーム喜久の園内 地域交流センター「うらら」

仲島2-4-16 ☎ 37-1231 ※建物東側の駐車場をご利用ください

対 象 子どもから大人まで どなたでも

主 催 おんがくの広場(ボランティアグループ)

ボランティアを始める方へのメッセージ&アドバイス

ボランティアセンター登録のグループから「ボランティアを始める方へのメッセージ&アドバイス」を頂きましたので、ご紹介します。

活動を
長続きさせる
ために編

- 初心を忘れずに。
- 無理なく、楽しく。
- 小さなことでも自分が出来ることをやる。ボランティアが重荷にならない程度にやる。
それが長続きのこつ。
- 仲間づくりをしながらボランティアに参加する。
- 自分の出来ることから一つずつ活動することが大切。

参加者募集 手話奉仕員養成講座入門課程

挨拶や自己紹介など、ろう者と手話で日常会話ができるようになるための基本を身につけられる講座です。ぜひご参加ください。

日 時	昼の部5月9日～10月17日 毎週水曜日 13:30～15:00 夜の部5月8日～10月16日 毎週火曜日 19:30～21:00
会 場	プラザけやき
定 員	各部10名ずつ(先着順)
対 象	菊川市内在住、在勤、在学の高校生以上の方
受 講 料	無料(テキスト代1,200円実費負担)
問合せ・申込先	菊川市福祉課 障がい者福祉係 ☎ 37-1252



地域福祉への理解促進を促すため 「市民福祉教育」への取り組みの検討報告を行いました

菊川市社会福祉協議会が設置した『菊川市福祉教育推進会議』で検討した、菊川市の福祉教育やボランティア活動に求められていることを2月27日(月)に太田順一菊川市長へ下記の事項を報告しました。

(出席者:菊川市長 太田順一、菊川市社会福祉協議会会長 鶴田 浩、
副会長 齋藤久司、菊川市福祉教育推進会議委員長 板倉幸夫)



写真撮影:デジカメボランティア
「おっ撮りカメラ」

- ①地域を基盤として学校をはじめ様々な関係者が協働した「みんなで取り組む福祉教育」の推進の必要性
- ②地域の中で子どもたちを育て、子どもたちとともに一人ひとりが人のことに気を使っていける地域づくりの推進の必要性
- ③学校や地域、ボランティア受け入れ先が共通認識を持ちながら、児童・生徒や大人のボランティア活動を支えることの必要性

移転のお知らせ 「小笠児童館」「おがさ子育て支援センターひまわり」

新築工事完成に伴い、4月3日(火)から中央公民館敷地内に移転します。
みなさんのご来場をお待ちしております。

移 転 先	〒437-1514 菊川市下平川6225(中央公民館敷地内)
開 館 日	火曜日～土曜日
休 館 日	日曜日・月曜日・祝日、年末年始 (その他のお休み等は掲示にてお知らせします。)
開館時間	9:00～16:30 ☎ 73-5698



■福祉総合相談

日 時	月～金曜日 8:15～17:00
会 場	プラザけやき

■心配ごと相談

日 時	4月 2日(月) 9:00～12:00 4月16日(月) 13:00～16:00
会 場	プラザけやき

日 時	4月 5日(木) 13:00～16:00 4月20日(金) 9:00～12:00
会 場	菊川市役所 小笠支所

■結婚相談

日 時	4月 5日(木) 18:00～21:00 (受付20:00まで) 4月15日(日) 9:00～12:00 (受付11:00まで)
会 場	プラザけやき

※初めての方は写真と印鑑をご持参ください