

だれもが安心して住み続けられる、  
ぬくもりのある福祉の地域づくり

2023年

1月号

No.233

那珂川市

社協

Nakagawa Social Council

だより

もくじ

- P1 新年のごあいさつ
- P3 生活支援体制整備事業のご案内
- P4 地域包括支援センターのご案内
- P5 たけのこクラブ 開催のご案内
- P5 サロン・子育てサロン インタビュー
- P5 在宅介護者支援事業のご案内
- P6 ご寄付のお礼
- P6 1月・2月の心配ごと相談
- P6 配食サービスのご案内
- P7 ボランティアはじめてみませんか?
- P8 笑って健康づくり
- P8 にこにこだより vol.2
- P8 指定通所介護事業所のご案内

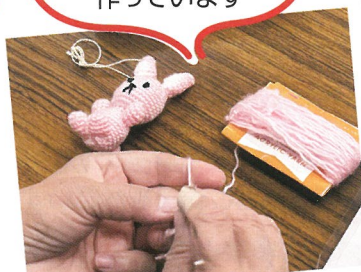
あけましておめでとうございます  
本年もよろしくお祈いします



ボランティアフェスタで、  
あさりで作る干支の  
置物を作りました



編物が得意です  
毎年干支の人形を  
作っています



ボランティアフェスタ「NPO法人 絆・なかがわ」のコーナー

個人ボランティア



あさりで作る  
干支の置物を  
教えてもらい  
ました



恵子いきいきサロン



みんなで  
年賀状を  
作りました



いきいきリフレッシュ教室



毎年、  
干支の人形を  
作っています



あしたばの会

社会福祉法人 那珂川市社会福祉協議会

〒811-1242 福岡県那珂川市西隈1丁目1-2 那珂川市福祉センター

TEL (092) 952-4565 FAX (092) 952-7321

Mail n-shakyo@dream.ocn.ne.jp

社協が取り組む事業・活動についての詳細はホームページでもご紹介しています。

ホームページアドレス

<http://www.nakagawa-shakyo.jp>

なかがわ社協

検索



社協だよりは一部赤い羽根共同募金の配分金を受けて発行しています。(赤い羽根は共同募金運動・配分事業のシンボルマークです。)

# 「明るい地域社会」を目指して。

新年おめでとうございます。

みなさまにおかれましては、健やかに新年をお迎えのこととお喜び申し上げます。

社協が実施しました地域福祉事業、在宅福祉サービス事業、社協会員制度及び赤い羽根共同募金運動等の推進に、温かいご支援ご協力をいただき、心からお礼申し上げます。

さて、令和2年の初めから世界中に広がった新型コロナウイルスにより、これまでと違った形の生活様式の変化に、戸惑いながらも3年が経とうとしています。

那珂川市の地域福祉活動についても、感染拡大防止対策をしながら地域のサロン活動をはじめとする福祉活動をすすめてきたところであります。

地域の福祉活動にご尽力、ご協力いただきました皆様、並びに当社協に対する格別のご理解・ご協力をいただきました皆様には、この場をお借りして厚く御礼を申し上げます。

本年こそは、住民の皆様とともに福祉の地域づくりを取り組んでいく大切さをより実感し、「できなかった」ものが、新たな形となって、一人ひとりがこれまで以上に笑顔で溢れ、多くの福祉活動が那珂川市を良くする明るい1年になることを願っております。

令和5年の干支は卯です。卯(うさぎ)は、その跳躍する姿から「飛躍」、「向上」を象徴するものであることから、地域の皆様に信頼される飛躍の年となるように、地域福祉を推進する上で「だれもが安心して住み続けられるぬくもりのある地域づくり」に邁進し、社協職員一丸となって取り組んで参りたいと考えております。

みなさま方の温かいご理解とご支援をお願いする次第です。

最後に、皆様にとって、ご多幸とご健勝、併せて飛躍の年となりますよう祈念申し上げ年頭の挨拶といたします。

社会福祉法人 那珂川市社会福祉協議会  
会長 高木正俊

令和4年10月1日～12月31日の期間中は、地域の皆様のご協力により、赤い羽根共同募金運動を実施することができました。集まった募金は、じぶんの町をよくする福祉活動のための、貴重な財源として活用させていただきます。ご協力誠にありがとうございました。



街頭募金



「ボランティアフェスタながわ2022」  
赤い羽根共同募金の配分金で運営されました。



# 生活支援体制整備事業

住み慣れた地域で生きがいを持った暮らし「互いに 支え合い 助け合い」

那珂川市は、地域住民の皆さまと一緒に「互いに 支え合い 助け合い」の体制づくりを目的とした生活支援体制整備事業を展開しており、いくつになっても住み慣れた地域で、「ひとり一人が自分らしく、のぞむ暮らし」を続けられるように、これからの支え合いを考える情報交換の場を設け、それぞれの地域の実情に応じた住民主体の支え合い活動を広げています。

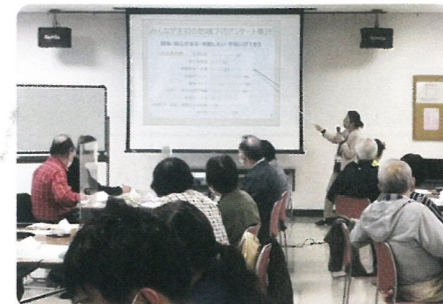


このたび、市全域を対象とした情報交換の場(第1層協議体)を11月29日(火)13:30～15:00開催し、当日は、地域住民をはじめ地域づくりに関わる関係機関や団体の皆さま26名の参加がありました。

## 今回のテーマ 今、地域に必要とされる「支え合いのかたち」とは

### 1 説明

6月から10月まで実施した「地域の担い手向けアンケート」の集計結果を共有し、これからの地域づくりのポイントである「介護予防・社会参加」の必要性について共有しました。



### 2 意見交換・グループワーク

地域の多くの方がこれからの支え合い活動に協力してもらうための働きかけ方やアイデア出しを行いました。



## お知らせ 地域支え合いサポーター養成講座 ～移動・外出支援編～

地域の活動を進める上で「移動・外出支援」の困りごとの声を聞くことが多くなりました。これからの地域づくりは、できる範囲でできる人達がお互い様の関係づくりの中で、支え合い活動を進めていくことがさらに必要になっていきます。興味、関心がある方は、是非この機会にご参加お待ちしております。

- 運転ボランティア(サポーター)について
- お散歩ボランティア(サポーター)について

どちらも2時間程度、講師・発表者調整中です。主な知識や事例をご紹介します。



令和4年度 共同募金の実績報告につきましては、社協だより3月号にて掲載致します。

問合せ先 那珂川市社会福祉協議会(地域福祉係) TEL 092-952-4565(生活支援コーディネーターまで)

# 那珂川市 地域包括支援センター

地域包括支援センターは、高齢者の総合相談窓口です。

保健師・社会福祉士・主任ケアマネジャー・認知症地域支援推進員等の専門職が、互いに連携しながら、高齢者本人、家族、地域の方からの相談に対応します。

## みんなで支えよう高齢者介護 ～高齢者虐待を防ぐため～

介護に一生懸命取り組むあまり、怒鳴ったり、手をあげてしまうことがあるかもしれません。高齢者虐待は身近に起こりうる問題です。高齢者や家族のちょっとした変化に気づき、みんなが声をかけあい支え合うことが虐待の予防になります。「おはよう」「こんにちは」など、何気ない毎日の声かけも大切な見守りの一つです。介護が必要な高齢者のいる家庭を孤立させないよう、高齢者や介護している方々をあたたく見守りましょう。

### 高齢者虐待とは？

- **身体的虐待**  
殴る、蹴る、たたく、ベッドにしばりつけるなど
- **心理的虐待**  
失敗を嘲笑する、人前で話すなどにより、高齢者に恥をかかせる。怒鳴る、ののしる、悪口を言う。侮辱を込めて、子供のように扱うなど
- **性的虐待**  
失敗に対して懲罰的に裸にして放置するなど
- **経済的虐待**  
日常生活に必要な金銭を渡さない、使わせない、年金や預貯金を無断で使用するなど
- **介護・世話の放棄・放任**  
入浴させないため異臭がする。必要な医療や介護サービスの利用を制限するなど

### 介護を一人や家族だけで抱え込まないで

「介護は家族がするのが当たり前」という考え方や、まわりの何気ない一言が介護者を追い詰め、十分な介護ができなくなることがあります。

介護を無理せず、抱え込まないで、介護サービスなどを上手に使うことで、介護者が自分の用事や外出する時間を持てるように、介護負担を減らしましょう。



高齢者虐待についてのご相談は、地域包括支援センターへご相談ください。

虐待かなと気になる高齢者を見かけたら、確信がなくても下記にご相談・連絡ください。守秘義務により、誰が相談・連絡したのか周囲に漏れることはありません。

第1地域包括支援センター	第2地域包括支援センター
TEL 092-408-9886 (西隈1-1-1市役所第2別館1階)	TEL 092-951-1600 (片縄北4-2-20大神第3ビル1階)
担当行政区 南畑地区、安徳地区、 岩戸地区のうち、西畑・別所・井尻・山田・西隈・後野	担当行政区 片縄地区、岩戸地区のうち、恵子・道善
相談日時 毎週月曜日から金曜日 8:30～17:00 毎月第3土曜日 8:30～17:00	

参加者・ボランティア募集

## たけのこクラブ 開催予定です!

那珂川市社会福祉協議会では、市内の特別支援学級などに通学する小学生を対象に、学習やレクリエーション活動などを通して、地域のボランティアのみなさんと交流を深める「たけのこクラブ」を行っています!

「たけのこクラブに参加したい!」、「たけのこクラブのボランティアをやってみよう」と思われる方は、お気軽にお問い合わせください。

みんなで一緒に和気あいあいと過ごし、楽しい春休みの思い出を作りませんか?

参加費  
1回あたり  
500円

とき 3月27日(月)10:00～15:00

※詳細は社会福祉協議会まで、お問い合わせください。

ところ 那珂川市福祉センター3階(西隈1-1-2)

対象者 ●市内の通級指導教室に通学している小学生児童  
●市内の特別支援学校、特別支援学級に通学している小学生児童

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催が中止になる場合もあります。

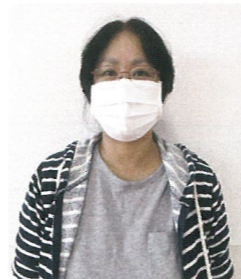
事前説明も行っています!  
たくさんのご参加  
お待ちしております!



小学生と一緒に楽しい春休みを過ごしてくれる高校生以上のボランティアも募集中!!

問い合わせ先 那珂川市社会福祉協議会 地域福祉係 TEL 092-952-4565

## サロン・子育てサロン インタビュー



今光区  
ふれあいサロン  
わたなべ まりこ  
渡邊 真理子 さん

Q.ふれあいサロンは、どんな場所?

デイサービスに行かれてない方や、自宅に引きこもりがちになっている高齢の方へ、自宅でできないこと(ぬり絵、脳トレ、季節毎の飾り製作等)をスタッフ含めみなさんと一緒に楽しめる場所です。

「今光区に住む全ての方の居場所」だと思います。

Q.サロン支援者として今まで嬉しかったことは?

手作りのゲーム大会をした時に、みなさんが喜んで下さったことです。以前社協で行っていた「サロン支援者研修会」で、新聞紙の輪投げやカード遊び等を体験し、地域でつなげることができたらと思い、始めました。「自分達が楽しみながらできる」をモットーに活動を心掛けています。

Q.来年度、サロン・子育てサロンでしてみたいことは?

コロナ禍で以前までの活動が難しい中だからこそ、地域のみなさんとの交流を大切にしていけることが必要だと感じています。ミリカローデン那珂川が行っている「男性の料理教室」のような、男性もサロンにもっと興味を持ってもらえる活動や今年度子育てサロンでできなかったプール活動などもできたらと思っています。

Q.最後に、一言メッセージをどうぞ。

現在今光区では、スタッフ間で新しい世代へとバトンを引き継いでいる途中です。今までの活動を取り入れた上で、コロナ禍の中で違う形のふれあいサロンを展開していきたいと思っています。皆さんと一緒に今光区を盛り上げていきましょう!

## 在宅介護者支援事業

令和4年度ご案内

那珂川市社会福祉協議会では、家庭で介護をされる方が気軽に立ち寄れる居場所を開催しています。同じ悩みや不安を抱えるご家族同士でゆっくり話しをしながら、介護からのつかの間の休憩をしませんか?

参加費  
無料

対象

- 家族を介護している方
- 在宅介護に関心がある方
- 介護事業所等

詳細は決まり次第、社協だよりやホームページ等でもお知らせいたします。

※新型コロナウイルス感染症の影響により、開催が中止になる場合があります。

# ご寄付ありがとうございます

地域福祉のために役立てさせていただきます。(令和4年10月6日～令和4年11月24日まで)

## 香典返し寄付金

ご香典による寄付、故人のご遺志やご遺族によるご寄付

故人名	享年	喪主名	区名
わたなべ としひこ 渡邊 利彦様 10万円	88	わたなべ まえこ 渡邊 千恵子様	道善
たかた こ 高田 ヨシ子様 10万円	101	たかた しげのり 高田 重徳様	西畑
たけすえ え 武末 キミエ様 20万円	101	やひろ えみこ 八尋 恵美子様	
みすみ こ 三角 タツ子様 10万円	100	みすみ かずこ 三角 和子様	山田

## 一般寄付金

団体・個人の善意によるご寄付

- デイリーサポート(株)様  
10月6日 30,000円  
11月10日 30,000円
- 那珂川市婦人会様 10,000円



社会福祉協議会では、「だれもが安心して住み続けられるぬくもりのある福祉の地域づくり」を目指して、いろいろな地域福祉活動を推進する上で、みなさまからの善意のご寄付は貴重な財源となっています。

## 1月・2月の心配ごと相談

日常生活上の困りごとの相談を受け付けています。どこに相談したらいいかわからない方、まずは、相談してみませんか。(関係書類等あればお持ちください。)

※原則、弁護士相談は1人1回までです。同じ内容の相談を何度も受けることはできません。

### 弁護士相談・心配ごと相談

- 1月18日(水)
- 2月1日(水)、8日(水)、15日(水)
- 時間 全て13:00～15:00
- 申込み 要予約・その週の月曜日から電話受付
- 対象者 市内在住・在勤 定員 4名 ※定員になり次第締切

### 行政相談・心配ごと相談

- 1月25日(水)
- 2月22日(水)
- 時間 全て13:00～15:00
- 申込み 不要
- 対象者 市内在住・在勤



### 申込み・問い合わせ

那珂川市社会福祉協議会 TEL 092-952-4565

## 配食サービスのご案内

食事を作ることが  
難しくなった時に、

ご自宅にお弁当を  
お届けします!

### ご利用できる方(那珂川市在住の方)

- 65歳以上の一人暮らし、又は、高齢者のみの世帯等で、しょうがいや病気などにより調理することが難しい人
- 65歳未満でしょうがいのある一人暮らしの人で調理することが難しい人

配達は、配達員がご自宅まで直接お届けします。

「いつもとお変わりがないか」「具合が悪くなっていないか」など配達を通して見守りをしています。

- 昼食 10:00～11:30ごろの間に配達
- 夕食 15:00～17:00ごろの間に配達
- 1食 450円

(配達等にかかる費用は公費で負担しています。)



### 申込み・問い合わせ

那珂川市社会福祉協議会 TEL 092-952-4565

## ボランティアはじめてみませんか?



新しい年が始まります。今年は何か始めたいなと考えている方もいらっしゃるでしょう。活動を始めたいな!やりたいな!と思いついたら、まずは「何から始めようかな?」「どんなことが自分にできるかな?」と考えてみましょう!



ひと言に「ボランティア」といっても、様々な活動があります。

### ボランティアを始めるには

#### 1 自分のやりたいことに向きあおう

好きなこと&できること(趣味や特技)から始める

#### 2 自分に合った具体的な活動を考えてみよう

すでにある活動の中から興味のあるものを探す

の2つの方法があります。活動の始め方は人それぞれ。活動を始める前に、まず自分自身と向き合ってみましょう。たとえば…

### どのくらいの頻度で活動する?

月1回?週1回?自分に合ったペースで始めましょう。がんばりすぎると後から苦しくなってしまいます。

### 活動の範囲はどうする?

家の近く?バスで行ける場所?那珂川市内だったら行ける?自分に無理のない範囲で。

### どんな活動に興味がある?

子どもと遊ぶ?高齢者とお話する?みんなの前で楽器や歌などを披露する?歴史に興味がある?自然(環境)を守る?

など自分が好きなものを考えてみましょう。

那珂川市内でもたくさんのボランティアの方が活躍されています。

- 福祉…障がい児・者支援、高齢者支援など
- 子ども…託児ボランティア、読書ボランティアなど
- 歴史・自然(環境)…歴史ガイド、環境を考える会など
- 文化・芸能・伝統…ひょっとこ踊り、マジック披露団体など

他、災害ボランティア、地域のサロン活動、ニコニコお助け隊など活動する分野は様々です。また、楽器演奏や踊りなどの特技を、高齢者施設や地域のサロンへ披露している個人ボランティアの方もいらっしゃいます。

「活動を始めてみたい!」

「団体の見学や体験はできるかな」

「趣味や特技を活かしたい!」

など、社会福祉協議会やボランティア支援センターへご相談ください。

### 活動中の事故が心配だな…そんな時は!



活動中にケガや物を壊してしまった!などの事故に対する備えとして「ボランティア活動保険」がありますので、安心して活動できますよ。(活動を始める前の加入が必要です。詳しく知りたい方はお問い合わせください。)

### 問い合わせ

那珂川市社会福祉協議会

TEL 092-952-4565

那珂川市ボランティア支援センターくるりんポ

TEL 092-952-7654



# 笑って健康づくり

参加費  
**無料**



運動や講話、みんなで楽しみながら健康になりましょう!どなたでも参加できます。  
飲み物や筆記用具など各自でご準備下さい。受付時に検温と消毒をお願いしています。



**2月～3月の予定**

各講座とも申し込みが必要です。**1月10日(火)から受付開始**

**時間** 13:00～14:00(集合時間12:50)  
※新型コロナウイルス予防の為、定員を**15名**にしています。

**場所** 那珂川市福祉センター3階

**!** キャンセルの場合は必ずご連絡ください

**2月9日(木)**

**内容** カラダ変わる教室  
～健康!長寿!若返り!～

**講師** 那珂川病院  
理学療法士 小西 勉 氏

**3月9日(木)**

**内容** ステップリーダーによる  
出張ステップ運動広場

**講師** ステップリーダー  
※14:15終了 ※血圧測定有

**3月23日(木)**

**内容** 柔らかボールでラクチン体操

**講師** はらぐち なつこ  
原口 奈津子 氏  
※ヨガマットを使って実施します。  
※バスタオル・フェイスタオルをご持参ください。

申込み・問い合わせ

那珂川市社会福祉協議会 TEL 092-952-4565

※申し込みは本人に限ります。  
※内容は変更になる場合があります。



みなさんの「心がホッと温くなった話」や「うれしかったこと」などを募集し、社協だよりで紹介していきます。

新しい仕事に就いて数か月たちました。慣れない緊張の中、利用者の方からあたたかい声かけをしてもらい、緊張がほぐれてホッとしています。コロナで人と人とのふれあいが少なくなったご時世ですが、人との関わりは大切だなと感じます。これからも利用者の方から笑顔をもらい、私も笑顔になって仕事をがんばります。



(王塚台区・C.A.)

住所・氏名・ニックネームを記入の上、社会福祉協議会「にこにこだより」係までお寄せください。メール、はがき、封書または来所でも受け付けします。※氏名は掲載しません。



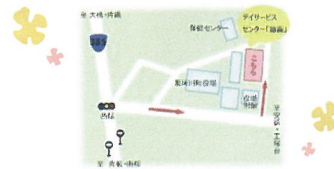
**送り先** 住所 〒811-1242 那珂川市西隈1-1-2 宛名 那珂川市社会福祉協議会「にこにこだより」係  
メール n-shakyo@dream.ocn.ne.jp (件名に「にこにこだより」と入力してください)

## 〈広告〉 那珂川市社会福祉協議会 指定通所介護事業所

TEL 092-952-0883

日常生活訓練、送迎、入浴、食事、健康チェック、レクリエーション、個別機能訓練などのサービスが利用できます。  
家庭的であったかき雰囲気の中でお一人お一人がいいきと自分らしく過ごせるようにお手伝いさせていただきます。

【営業日】月曜日～土曜日  
(ただし年末年始12月29日～1月3日を除く)  
【営業時間】8:30～17:00  
【デイサービス利用時間】10:00～15:30  
【対象者】●要介護認定で要支援1・2、要介護1～5と認定された人  
●市から事業対象者と認定された人



社協だよりにあなたの事業所・団体等の広告を載せてみませんか? 那珂川市社会福祉協議会 事務局  
掲載の時期やご相談等は社会福祉協議会事務局までご連絡ください。 TEL 092-952-4565